



# ほけんだより 2月号 げんき



令和7年1月29日  
碧南市立大浜小学校  
保健室



2月3日は立春で、春の始まりとされています。暦の上では冬から春に季節が変わりますが、まだまだ寒い日が続きそうですね。気温が低く、湿度も低い冬はウイルスが活発に動きます。ニュースでもインフルエンザの流行が報道されていますね。感染症対策を行いながら、3学期も元気に過ごしましょう。



## 2月の保健安全目標

おも 心 ころ  
思いやりの心をもとう

## ふわふわ言葉を使おう！

言葉には、人を元気にしたり勇気づけたりする力があります。あいさつや感謝の言葉のような、聞いた人がうれしくなる言葉を「ふわふわ言葉」といいます。ふわふわ言葉は、使った人も気分がよくなるので、どんどん使ってみましょう。



ありがとう

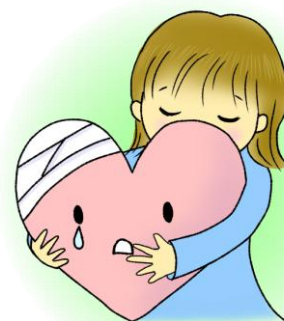
さすがだね

～が上手だね

いっしょにあそぼう

## チクチク言葉にご用心

悪口や冷やかす言葉など、言われたり聞いたりした相手がいやな気持ちになるのが「チクチク言葉」です。使わないように注意しましょう。



# てあらい食パン実験

先日<sup>せんじつ</sup>の身体測定<sup>しんたいそくてい</sup>後に、みなさんに食パン<sup>しょくぱん</sup>を使った実験<sup>じっけん</sup>の話<sup>はなし</sup>をしました。ほけんだよりも、改めて<sup>あらた</sup>結果<sup>けっか</sup>をお知らせ<sup>し</sup>します。

## 【実験方法】

校庭<sup>こうてい</sup>の草むしり<sup>くさ</sup>をして手<sup>て</sup>を汚れた<sup>よご</sup>状態<sup>じょうたい</sup>にした後<sup>あと</sup>、

- ① 汚れた<sup>よご</sup>ままの手<sup>て</sup> ② 水<sup>みず</sup>だけで洗<sup>あら</sup>った手<sup>て</sup> ③ せっけん<sup>あ</sup>で洗<sup>て</sup>った手<sup>て</sup>

この3通りの状態<sup>じょうたい</sup>で食パン<sup>しょくぱん</sup>にさわりました。そして細菌<sup>さいきん</sup>が繁殖<sup>はんしょく</sup>する様子<sup>ようす</sup>を比べました<sup>くら</sup>。

## 実験10日目の様子



**カビだらけ!!**



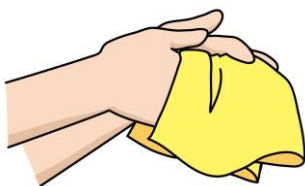
**一部にカビ発生...**



**まだカビはなし**

手洗<sup>てあら</sup>いが感染症<sup>かんせんしょう</sup>などの病気<sup>びょうき</sup>を予防<sup>よぼう</sup>するために大切<sup>たいせつ</sup>なことは、みなさんもよく知<sup>し</sup>っていると思<sup>おも</sup>います。大切<sup>たいせつ</sup>さは知<sup>し</sup>っていても、つい忘<sup>わす</sup>れてしまったり、水<sup>みず</sup>だけで済<sup>す</sup>ませてしまったりすることはありませんか？しかし実験<sup>じっけん</sup>結果<sup>けっか</sup>を見<sup>み</sup>て分<sup>わ</sup>かる通り、せっけん<sup>あ</sup>を使<sup>つか</sup>ってしっか<sup>あ</sup>り洗<sup>あら</sup>わないと手<sup>て</sup>や指<sup>ゆび</sup>に細菌<sup>ばい</sup>が残<sup>のこ</sup>った状態<sup>じょうたい</sup>になってしまいます。「せっけん<sup>あ</sup>を使<sup>つか</sup>って正<sup>ただ</sup>しく手洗<sup>てあら</sup>いすること」が大<sup>たいせつ</sup>切<sup>せつ</sup>です。

## 手洗いの後はきれいなハンカチでふきましょう!



せっかくきれいに手<sup>て</sup>を洗<sup>あら</sup>っても、水分<sup>すいぶん</sup>をしっか<sup>り</sup>とぬぐい取<sup>と</sup>らないと手<sup>て</sup>に残<sup>のこ</sup>った少<sup>すこ</sup>しの菌<sup>きん</sup>があっという間<sup>ま</sup>に増<sup>ま</sup>えてしまいます。毎日<sup>まいにち</sup>きれいなハンカチ<sup>はんかち</sup>を忘<sup>わす</sup>れないようにしまし<sup>ま</sup>しょう。