

# ほけん

## けんこうな生活③

5月28日(木)

ほけんの教科書を  
よういしましょう。



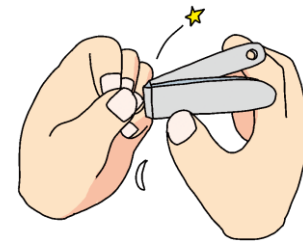
# はじめに

教科書15ページを開きましょう。  
絵を見て、自分がいつもしていることに  
しるし(✓)をつけましょう。

いくつ、✓がつけましたか？

これらはすべて、  
「**せいけつ**」のためにしていることですね。  
(「せいけつ」とは、よごれがなくきれいなことです。)

みなさんは毎日の生活の中で、  
体を「**せいけつ**」にしてすごしています。



体の  
せいけつと  
けんこう

でも、  
どうしてみんな「せいけつ」にして  
すごしているのでしょうか？



下ぎは毎日とりかえないとだめ？

食事の前には手をあらわないとだめ？

歯をみがかないとだめ？

「めんどうくさいからやらない！」はだめ？



## ★きょうのかだい

毎日の生活で、体をせいけつにすることは、  
なぜひつようなのでしょうか。

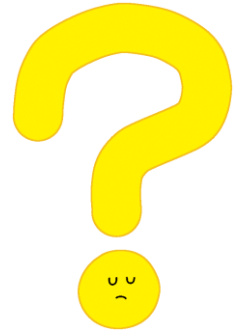
まず、手をあらうことについて  
考えてみましょう。



# 考えよう



手をあらうことは、  
どうして大切なのでしょうか。  
手をあらわずにすごしたら、  
どんなことがおこるのでしょうか？



★動画を見て、  
考えてみましょう。



身の回りには、小さくて目に見えない、いろいろなきんが生きています。わたしたちは、生活の中でいろいろな物にさわるので、手にはたくさんのきんがつき、そのきんが病気(びょうき)の原いんになることがあります。





# やってみよう①

動画を見ながら、手をあらうれん習を  
していきましょう。



学校に来たときも、しっかりあらいましょう。

# 考えよう



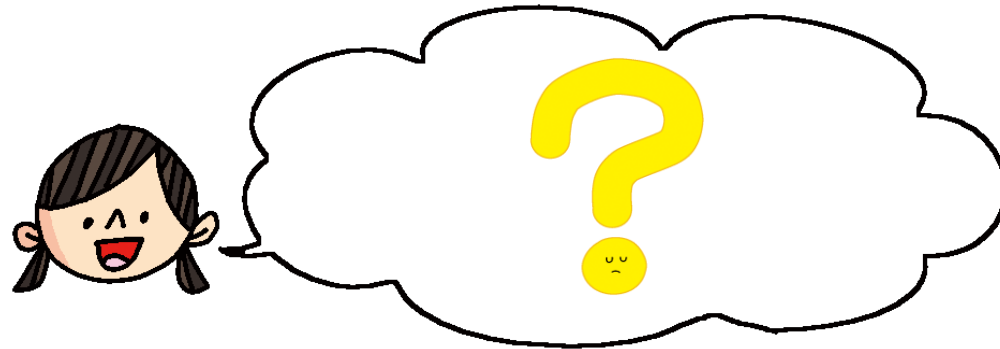
次は、下着やくつ下を毎日とりかえることの  
大切さについて、動画を見ながら考えてみましょう。



体や、下ぎなどの衣服(いふく)、ハンカチ  
についたよごれやあせをそのままにしておく  
と、そこできんがふえてしまいます。けんこう  
にすごすには、**体や衣服などのせいけつを  
たもつ**ことがひつようです。

# やってみよう②

教科書17ページを開きましょう。  
下の方にある「深める・伝える」を読んで、  
こうきさんに**アドバイスを考え、**  
**教科書に書きこみましょう。**



# さいごに

- ・教科書18ページを開きましょう。
- ・「まとめる・生かす」の1と2  
を教科書にやりましょう。

★教科書18ページをしゃしんにとって「せんせいにわたす」のフォルダに入れましょう。

さいごに



きょうのほけんの学習は  
これでおしまいです！

来週からはぶんさん登校がはじまります。  
学校でも「せいけつ」に気をつけて、  
元気にすごしましょう！

※今日見た動画は、教科書1ページのマークを「QR  
コードスキャン」で読みとって見ることができます。