

ほけんのおはなし

～せき・くしゃみエチケット&
風邪をひかないために～

せきはどのくらい飛ぶのかな？



3mも
飛ぶよ！

くしゃみはどのくらい飛ぶのかな？



5mも
飛ぶよ！

きゃー！バイキンさんが
かかっちゃうね！



手で押さえた方が
いいんじゃない？

せきやくしゃみを周りに
飛ばさないためには手で
押さえるのも大事だけど
それだと手にバイキンさん
がついてしまうね
どうすればいいかな～？



手にバイキンさんが
ついたら手を
洗わないと
いけないね

え～！ほんとだ！
こうやったら手にバイキン
さんがついちゃうね



とっさのときに役に立つ必殺技
その名も『肘ブロック！』



最後に風邪をひかず
毎日元気に過ごすためには
『外で元気に遊ぶ』
『好き嫌いせず何でも食べる』
『早く寝て体を休める』
ことが大切だよと伝えています

