



# ほけんだより 2月

2022年 2月 小野市立来住小学校

2月3日は節分。4日は立春。まだまだ寒い日が続きますが、暦の上では日に日に春が近づいてきています。今の学年が終わるまであと2か月です。卒業や進級に向けて1日1日を大切に過ごしていきましょう。

## 〇これってなぜ？それともアレルギー？

「ねっはないけど鼻水とくしゃみが止まらない……。なんだかおなかもいたいし、目やうでが真っ赤になってる！なぜかと思ったけどちがうみたいだ！」

アレルギーって知っていますか？アレルギーはみんなの身近にあるものが原因で、からだにいろいろなしょうじょうが出てしまうことです。1番身近なアレルギーはかふんしょうです。かふんがからだの中に入ることにくしゃみや鼻水などいろいろなしょうじょうが出ます。

アレルギーの原因になるもので多いのは……

たべもの



かふん



ほこり



むし・どうぶつ



きんぞく



くすり



アレルギーのしょうじょうの中にはかぜと同じようなしょうじょうもあるので、まちがえやすいです。アレルギーを治すためには病院でみてもらい、しょうじょうに合った薬を使うことが大切です。

おぼえておこう!アレルギーのしょうじょう



め <sup>あか</sup>  
目が赤くなる



くしゃみ、<sup>はなみず</sup>鼻水、せき



ひふのかゆみ・<sup>あか</sup>赤み・しっしん



くちびる・<sup>くち</sup>ロ・したのはれ



おなかがいたい、  
おうと、げり



しょうじょうが<sup>どうじ</sup>同時に<sup>で</sup>出る  
(アナフィラキシー)

○“ほかほか” <sup>こころ</sup>心があたたかくなることばづかい

だいじょうぶ?

だいじょうぶだよ

いっしょにね

どうぞ

ありがとう

またね



い  
言<sup>い</sup>ってほかほか



い  
言<sup>い</sup>われてほかほか

「もしこの<sup>ことば</sup>言葉を自分<sup>じぶん</sup>が言<sup>い</sup>われたらどう<sup>おも</sup>思うかな?」と考えて、自分<sup>かんが</sup>がいやだと  
思<sup>おも</sup>う言葉<sup>ことば</sup>はつかいません。「この<sup>ことば</sup>言葉を言<sup>い</sup>われるとうれ<sup>おも</sup>しいな」と思<sup>おも</sup>う言葉<sup>ことば</sup>は、ど  
んどんつかいましょう。

言<sup>い</sup>った人<sup>ひと</sup>も言<sup>い</sup>われた人<sup>ひと</sup>も心<sup>こころ</sup>が“ほかほか”あたたかくなる言葉<sup>ことば</sup>をかけられるす  
てきな人<sup>ひと</sup>になってくださいね。