

きいて・めもして・こたえよう

冬の健康なすごし方（ほけん）

なまえ
名前

聞くめあて 冬の健康にすごす「三つのほうほう」と、それぞれの「理由」を、分けてメモしましょう。

おとさない言葉：ほうほう・理由・数字

放送が終わったら、開いて問題に答えましょう。

（１）冬を健康にすごすためのポイントは、いくつあると言っていましたか。

（２）へやのかんきは、どれくらいすればよいと言っていましたか。

（３）手あらいをするのは、何のためだと言っていましたか。○をつけましょう。
ア 手をあたたかくするため

イ かぜのばいきんを体の中に入れないため
ウ 手を白くするため

（４）冬の健康について、聞いてみたいことを、一つ「しつものの文」で書きましょう。

すすめ方

- ① 中央の点線で山折りにして、「めも」の面だけを表にする（問題を先に見せない）。
- ② この放送文を先生が読む（または用意した音声流す）。読む回数：2回。聞きながらメモを取らせる。
- ③ 放送が終わったらプリントを開き、メモを見ながら問題に答えさせる。

放送文

もうすぐ、寒い冬がやってきます。冬は、かぜやインフルエンザに、かかりやすい季節です。今日は、ほけんの先生から、冬を健康にすごすための、三つのポイントを教えてもらいましょう。

一つ目は、手あらいとうがいです。手には、目に見えないばいきんが、たくさんついています。外から帰ったら、せっけんで、ゆびの間まで、ていねいにあらいましょう。かぜのばいきんを、体の中に入れないためです。

二つ目は、へやのかんきです。あたたかいへやは、いごちがよいですが、くうきがよごれやすくなります。一時間に一回は、まどを開けて、新しいくうきを入れましょう。

三つ目は、早ね早おきと、しっかり食べることです。すいみんをとり、あさ・ひる・ばんの食事をきちんと食べると、体の中から、かぜにまけない力がつきます。この三つを、毎日つづけましょう。

メモのれい

冬の健康なすごし方（ほけん）三つ

- ①手あらい・うがい→ばいきんを体に入れない
- ②へやのかんき→一時間に一回まどを開ける
- ③早ね早おき・しっかり食べる→中からかぜにまけない力

こたえと かいせつ

(1) 三つ

「冬を健康にすごすための、三つのポイント」と言っていました。

(2) 一時間に一回（まどを開ける）

「一時間に一回は、まどを開けて、新しいくうきを入れましょう」の部分です。

(3) イ（かぜのばいきんを体の中に入れないため）

「かぜのばいきんを、体の中に入れないためです」と、理由を言っていました。

(4) (例) マスクは、どんなときにするとよいですか。／うがいは、一日に何回するとよいですか。

冬の健康に関係する「たずねる文（～ですか。）」になっていれば正解です。