

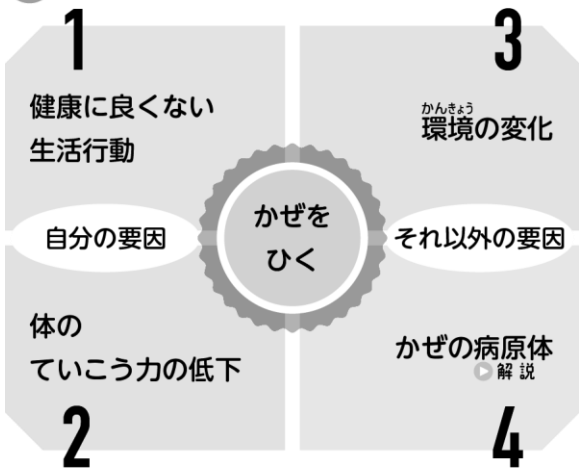
教科書  
p.50

学年

組

名前

☑ かぜをひく要因



● 次のイラストは、かぜの原因の例です。左の「かぜをひく要因」の資料から当てはまる要因の番号を考え、 に記入しましょう。要因は、一つだけとは限りません。



ね冷えした。



周りに、  
かぜをひいている  
人が多かった。



夜ふかしをして、  
すいみん不足  
だった。



気温が急に低くなり、  
空気がかんそうしていた。



雨にぬれて、  
体が冷えた。



外から帰ったとき、てあら手洗いや  
うがいをしていなかった。



きれいな食べ物は、  
残っていた。

教科書  
p.51

学年

組

名前

● ステップ2の「かぜをひく要因」を参考にして、かぜ以外の病気の要因も考えましょう。

(1) 病気の要因について、( )に当てはまる言葉を書きましょう。

病気の要因

**1** 健康に良くない (①) 行動

あまい物、塩からい物、しばうを多くふくむ物を食べすぎる。

歯みがきをしない。

運動不足\*

(③) の変化 **3**

暑い場所に長時間いる。

冷房が効きすぎる。

空気がかんそうする。

病気になる

**2** 体の (②) の低下

かたよった食事による栄養不足\*

※運動不足、すいみん不足、栄養不足は、1, 2どちらの要因にも関係します。

つかれている。

すいみん不足\*

(④) ) **4**

食べ物といっしょに体に入る。

空気といっしょに体に入る。

(2) 上の1～4の要因のうち、次の病気に関係があるものに○を付けましょう。

病気	1	2	3	4
(例) 熱中症 (ねっちゅうしょう)	○	○	○	
①インフルエンザ				
②食中毒				
③むし歯				