

教科書  
p.6~7

学年

組

名前

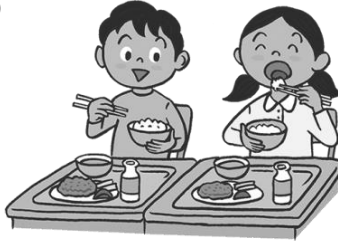
● けんこうだと感じるのは、<sup>かん</sup>どんなときでしょうか。

(1) 下の絵の例は<sup>れい</sup>どんなときか、教科書を見ながら書きましょう。

①



②



③



④



⑤



⑥



(2) あなたは、<sup>かん</sup>どんなときにけんこうだと感じますか。

(3) ほかの人の考えを書きましょう。

(4) まとめ

けんこうとは、(① ) や (② ) の調子<sup>ちょうし</sup>がよいじょうたいのことをいいます。

- けんこうにはどんなことが<sup>かんけい</sup>関係しているでしょうか。けんこうでいるためにどうしたらよいか、話し合しましょう。

(1) あなたがしていることや、したらよいと思うことを書きましょう。

---

---

---

---

(2) ほかの人の考えを書きましょう。

---

---

---

---

(3) (1), (2)を二つのグループに分けましょう。

(① )

(② )

(4) まとめ

けんこうのじょうたいは、(① )や、(② )  
などが<sup>かんけい</sup>関係して、よくなったり<sup>わる</sup>悪くなったりします。

教科書  
p.9

学年

組

名前

- 次のまなみさんの発言で、けんこうによいと思うところ、よくないと思うところはどこか、書きましょう。

今日は、<sup>うんどう</sup>運動をたくさんしたので、夕食がとてもおいしかった。つかれたので、<sup>は</sup>歯みがきをしないで早くねよう。



まなみさん

(1) けんこうによいと思うところ

---

---

---

(2) けんこうによくないと思うところ

---

---

---

☆ 分からないときは下のしりょうを見てみましょう。

④ けんこうにすごすためにひつようなこと

1日の生活の仕方<sup>しかた</sup>

- けんこうによい生活をする。



体のせいけつ



身の回りのかんきょう<sup>み</sup>

- けんこうのためにかんきょうを<sup>ととの</sup>整える。

