

★バイキンをやっつけよう!★



バイキンがからだにはいるとびょうきをおこすことがあるよ。
バイキンとたたかうため、
バイキンの4つのじゃくてんをおしえてあげよう!



その1

バイキンは じょうぶなからだがきれい

●バイキンにまけないげんきなからだをつくろう!

- まいにち、きちんとしよくじをとろう
- すききらいをなくそう
- はやね、はやおき
- げんきいっぱい、うんどうをしよう



その2

バイキンは きれいなところがきれい



●せっけんをつかって、てをあらおう!

- しよくじのまえ
- トイレのあと
- どうぶつにさわったあと
- そとであそんだあと
- いえにかえったとき

その3

バイキンは つめたいところがきれい

●すぐにたべないときは、れいぞうこのなかに いれておこう!

- バイキンはつめたいところだと、げんきがなくなって
しまうよ
- おにく、さかななどはれいぞうこにいれておこう



その4

バイキンは ねつによわい



●バイキンをやっつけるには

かねつこうげきがいちばん。

●やきにくを食べるときは、

- しっかりやいてたべよう (やけるまでまとう!)
- なまでたべるのはやめようね

※やきにくのとき、なまのにくをさわったはしと
たべるときにつかうはしはべつにしよう

もっとしりたいときにはひろしまのホームページをみてね!

といあわせさき: ひろしましよくひんあんぜん
じょうほうセンター でんわ241-7437