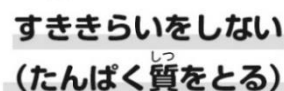
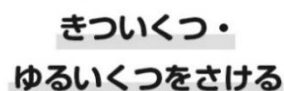
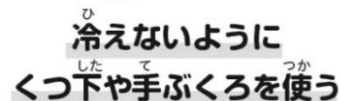
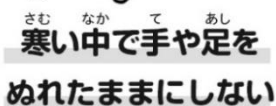
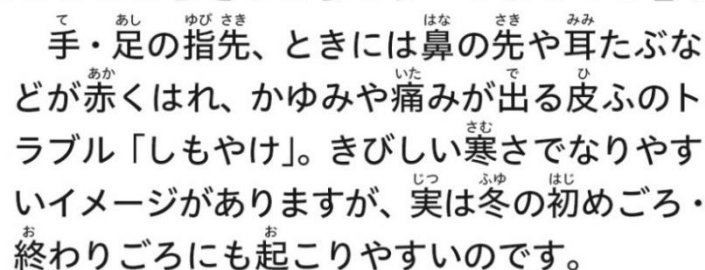


令和 5 年 2 月 1 日
西栗栖小学校 保健室

かゆくて
ヒリヒリ ⚡ しもやけ ちゅう い にご注意



あなたの「こころ」、調^{ちよう}子^しはどうですか？

A black and white line drawing of a girl and a boy. The girl on the left has pigtails and is wearing a dark sweater, holding a heart with both hands. The boy on the right has short hair and is wearing a light-colored sweater, also holding a heart with both hands. Both characters have their eyes closed and a peaceful expression.

病^{びょう}氣^きではないけど、何^{なん}となくからだの調^{ちよう}子^しがよくない…それは、こころに原^{げん}因^{いん}があるかもしれません。氣^き持^もちを切^きりかえたり心^{しん}配^{ぱい}ごとがなくなったりして、こころが元^{げん}氣^きになれば、からだも輕^{かる}くなりますよ。

花粉症の予防には

花粉症の原因になるスギ花粉は、地域によっては1月から飛んでいます。予防のためには、
 少しでも花粉を体の中に入れないことが大切です。早い時期から準備をしましょう。

がい しゅつ じ ふく そう
外出時の服装



外^{そと}から帰^{かえ}ったら

