



鹿嶋市立平井中学校 平成30年12月5日発行 No.9



保健目標：積極的に運動し体力をつけよう・かぜを予防しよう
安全目標：冬休みの健康で安全な生活について考えよう



無敵の横綱がインフルエンザに倒れた日

その昔、江戸時代には、幕内44場所で、258勝14敗16分、63連勝を記録した大横綱がいました。その力士は「横綱 谷風梶之助」。昭和時代の横綱双葉山が69連勝を達成するまで、実に約150年に渡り記録を持っていました。

ふだんから、谷風は右のように言っていたそうです。ところが谷風は、寛永6年1794年の暮れに、江戸で流行した「はやりかぜ（インフルエンザ）」にかかり、翌年1月9日に亡くなってしまったのです。

以来、1月9日は「風邪の日」とされています。谷風がインフルエンザで倒れてから200年以上。現在では、予防接種も受けられますが、やはり昔も今も、「栄養バランスのとれた食事」や「適度な運動」「十分な睡眠」は変わらず大切ですね。

土俵上でわしを倒すことはできない。倒れているところを見たいのなら、わしが風邪にかかったときに来い。



かぜの症状

ここまできたら、インフルエンザを疑おう

のどの痛み・せき・くしゃみ・鼻水・頭痛・寒気・発熱・急な高熱・全身の痛み



〇〇〇〇〇のおやくそく

〇の中にはどんな文字が入るかな？



Let's Try!!

〇とりすぎ注意



ごちそうWEEK

〇うわくに負けない



ダメ。ゼッタイ。



〇んな元気で新年に会いましょう



☆HAPPY NEW YEAR☆

〇すんでお手伝い



かぞくみんなでのしくやろうよ

〇すみのあいだも早寝早起き



おはよー

お酒が未成年者に与える影響

