



保健室編

大阪市立墨江幼稚園

2025. 2 No10



保健指導 「はなみずの正体」 鼻をかもう

パックマンみたい！

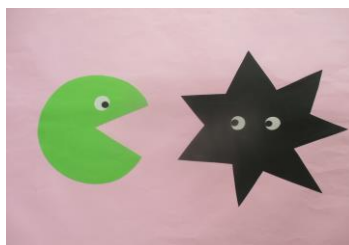
風邪の季節が続きます。子どもとはいえ花粉症は無縁ではありません。今月は鼻水の正体について知らせ、鼻をかむことを身に体と付け指導に取り組みました。体内に入った、細菌やウイルスと闘う白血球（パトレンジャー）の様子と粘液が分泌して細菌を追いつく（ベトベトの水）様子を表しました。



風邪をひいたかな？
鼻水が出ているよ



鼻の中には、
鼻水がいっぱい



体の中には、「パトレンジャー」がいて、バイ菌と戦っています



パトレンジャーがバイ菌と戦っていると、ベトベトの水が降ってきて…



戦いに負けたバイ菌やパトレンジャーの死骸とベトベトの水が鼻水の正体



鼻水にはバイ菌が混じっているから、鼻をかもう



ポケットティッシュを広げてみよう

半分にして、鼻にかぶせて…



片方の鼻の穴を押さえて、フ〜ン。
ティッシュを半分に折って鼻水バイ菌を閉じ込めよう

鼻水をすすったり、手で拭きとったりする姿が見られますが、鼻水の中にはバイ菌がいることや、長く鼻の中に留めておくと、健康には良くないことを伝えました。

