

れい わ ねん がつ にち げつ ぜんこうちようかいこうちようこう わ  
令和7年11月17日（月）全校朝会校長講話  
つよ めんえきりよく げん き す  
強い免疫力で元気に過ごそう

じ どう きょう からだ ぐ あい たいちよう どうさんしょう いま  
児童のみなさん、今日の体の具合、体調はどうですか。東三小では、今、イ  
ンフルエンザでやす じ どう おお おお た く とうきょう と ぜん  
ンフルエンザでお休みしている児童が多くいます。大田区をはじめ、東京都全  
たい りゅうこう  
体でインフルエンザが流行しているようです。

けんこう げん き まいにち す て あら はや ね はや お  
みなさんが健康で、元気に毎日を過ごせるように、手洗い、うがい、早寝早起  
き ころ  
きを心がけましょう。

て あら め み みず あら なが  
手を洗うときは、目に見えないものを水でていねいに洗い流さなければいけ  
ません。すいどう みず つめ かん き せつ て あら  
水道の水を冷たく感じる季節ですが、しっかりと手洗いをしましょう。ま  
た、うがいは「ぶくぶくうがい」でくち なか あら なが たいせつ  
口の中をしっかりと洗い流すことが大切です。

はや ね はや お たいせつ せいかつ ととの じ ぶん からだ  
早寝早起きも、とても大切です。生活のリズムを整えることで、自分の体  
じ ぶん まも ちから めんえきりよく たも つよ めんえきりよく けんこう たも  
自分で守る力「免疫力」を保つことができます。強い免疫力で健康を保てるよ  
う ころ こうちようせんせい はなし お  
うに心がけましょう。校長先生のお話、終わります。