

れいわねんがつにちげつぜんこうちょうかいこうちょうこうわ  
令和7年11月17日(月)全校朝会校長講話  
つよめんえきりょくげんきす  
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ょうとうさんしょういま  
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  
みなさんのが健康で、元気に毎日を過ごせるように、手洗い、うがい、早寝早起  
こころ  
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。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、自分の体を  
じぶんまもちからめんえきりょくたもつよめんえきりょくけんこうたも  
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  
うに心がけましょう。校長先生のお話、終わります。