小学校１～３年生のためのリーフレット

FUKUOKA
ONE HEALTH

6つのワンヘルスのレンズで のぞいてみよう！

ワンヘルス

マスコットキャラクター
© ワンヘルスぼうや

マスコットキャラクター
© ぶなちゃん

福岡県教育委員会

監修　公益社団法人 福岡県獣医師会

福岡県
Fukuoka Prefecture

「ワンヘルス」ってなんだろう?

6つのワンヘルスのレンズ

このレンズは、みんながげん気にくらすために
なにをすればよいかに気づかせてくれるレンズなんだ。

6つのレンズたちが、じぶんのレンズでは、
どんなことが見えるのかをおしえてくれるよ。

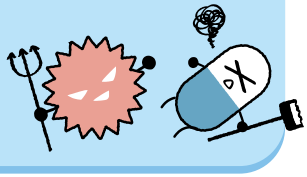
1 びょう気からからだをまもる

びょう気のどうぶつや
生きものにさわると
かんせんしてしまう
こともあるよ。

やせいのどうぶつには
ちかよらないようにして、
手あらいうがいをつづけよう。

2 くすりでびょう気をたいじする

くすりを正しくのまないと
びょう気をたいじできなくなる
こともあるんだ。

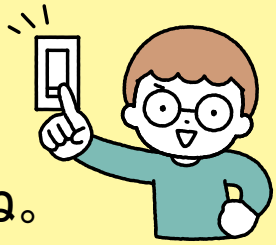


くすりは、おいしゃさんから
いわれたとおりに、
正しくのむことがたいせつなんだな。

3 ちきゅうをまもる

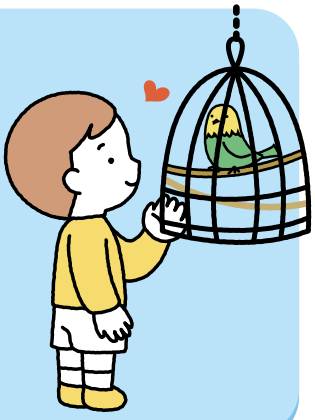
みんながすこしずつ
ちきゅうのことを
かんがえてくらせば、
もっとどうぶつも
しょくぶつも人げんも
すみやすくなるよ。

つかわないでん気はけす、
水は大せつにつかうなど
ちょっとしたくふうがひつようだね。

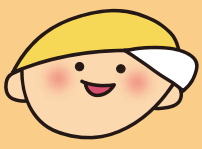


4 どうぶつとなかよくする

どうぶつにやさしくすると、
どうぶつもうれしくなるし、
じぶんのこころも
あたたかくなるよ。



どうぶつのことをよくしり、
どうぶつ（ペット）をかうときには、
かいかたをしることが大せつだね。



ちょっとしたやさしさが大せつなんだね。
5・6のレンズのはなしもきいてみよう。

5 げん気に生かつする

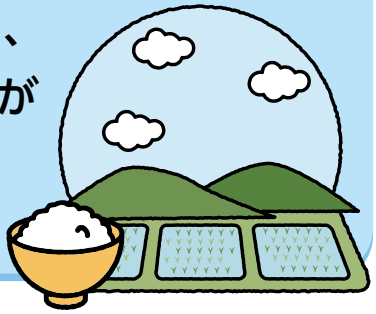
つぎのことは、
こころとからだをげん気にしてくれるよ。

- よくたべて、しっかりからだを
  うごかして、たくさんねること
- どうぶつやしょくぶつと
  ふれあうこと

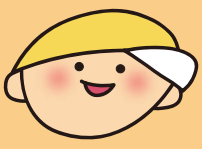
じぶんのペースでうんどうしたり、
森の中をさんぽしたりすることも
げん気になるために大せつだね。

6 たべものを大せつにする

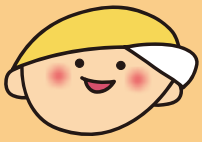
きれいな土や水でやさいやおこめを
そだててくれているから、
あんしんしてたべることが
できるんだよ。



たべものがどうやってここまできたかを
かんがえて、ありがとうの気もちを
わすれずにたべよう。



ワンヘルスについてわかったかな。
つぎはレンズをとおして、「ワンヘルス」を見つけてみよう。



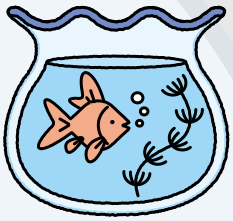
学校生かつを「ワンヘルス」のレンズでのぞいてみよう。
どのレンズで見るかな?なにが見えるかな?
見えたことを ともだちと はなしあってみよう。

そうじのじかん

学校を
きれいにしたよ。

たいいくか

あせをいっぱい
かいたよ。



きょうしつ

金ぎょをかうことに
なったよ。

きゅうしょく

にが手なたべものも
たべられるように
なったよ。

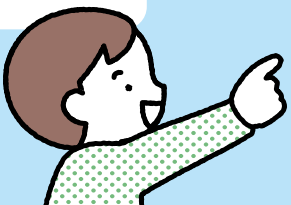
ひる休み

ともだちとたくさん
からだをうごかしたよ。

生かつか

どうぶつと
ふれあったよ。

ぼくは、**きょうしつ**の
ばめんを**4**のレンズで見たよ。
これは、どうぶつと
なかよくなることにつながるね。



学 校 には
ワンヘルスが
いっぱい!

おうちでの生かつを「ワンヘルス」のレンズでのぞいてみよう。
どのレンズで見るかな?なにが見えるかな?
見えたことを ともだちと はなしあってみよう。

1 びょう気から からだを まもる

2 くすりで びょう気を たいじする

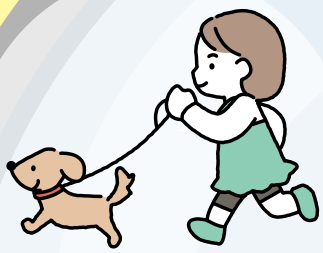
3 ちきゅうを まもる

4 どうぶつと なかよくする

5 げん気に 生かつする

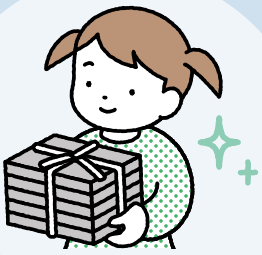
6 たべものを 大せつにする

ゆうごはん
みんなでたべたよ。



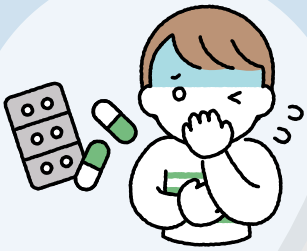
ペットとのじかん
いっしょにからだを
うごかしたよ。

手あらい
かえったら、
すぐにあらうよ。



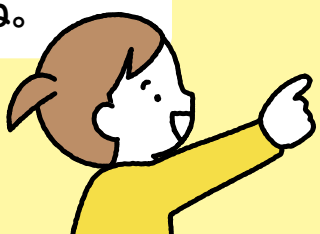
ごみのぶんべつ
しゅるいごとに
わけているよ。

休みの日
かぞくと
サッカーをしたよ。



びょう気のとき
くすりを
のみわすれたことに
気づいたよ。

わたしは、**手あらい**の
ばめんを**1**のレンズで見たよ。
これは、からだをまもることに
つながるね。



おうちにも
ワンヘルスが
いっぱい!

ちいきでの生かつを「ワンヘルス」のレンズでのぞいてみよう。
どのレンズで見るかな?なにが見えるかな?
見えたことを ともだちと はなしあってみよう。

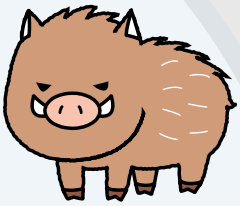
1 びょう気からからだをまもる
2 くすりでびょう気をたいじする
3 ちきゅうをまもる
4 どうぶつとなかよくする
5 げん気に生かつする
6 たべものを大せつにする

ジョギング

ジョギングを
している人がいたよ。

草とり

こうえんの草とりを
いっしょにしたよ。

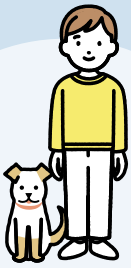


やせいのどうぶつ

山のちかくで、
いのししを見かけたよ。

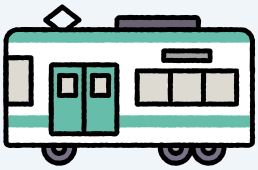
おこめづくり

おこめを
つくっている人を
見たよ。



おさんぽ

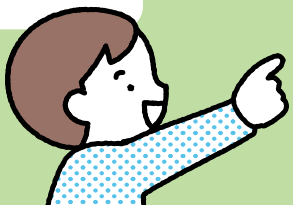
ペットとおさんぽを
している人がいたよ。



おでかけ

たくさんの人が
でん車でしごとに
行っていたよ。

ぼくは、おさんぽの
ばめんを5のレンズで見たよ。
これは、こころとからだが
げんきになることにつながるよ。



ちいきにも
ワンヘルスが
いっぱい!