３　ほけん　「１．けんこうな」

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　３

～ここでぶこと～

　けんこうなじょうたいとは、どのようなじょうたいなのでしょうか。

　けんこうには、どんなことがしているでしょうか。

1. のにてはまるものに〇をつけましょう。

 　 　　　　 　　　　　　　

　　　　ごはんをおいしく 　　　　　 ちのよいで　　　　　　　　　　　　　　にする

べることができる。　　　　　　　　　　すごしている。　　　　　　　　　　　　　　　　ことができる。

　　　　　　　　　　　　　　　　　　

・とん　　　　　　　　　　　　ぐっすりねむれて　　　　　　　　　　　　　してにとりくむ

　　　　　　　　　　ができている。　　　　　　　　　　　すっきりがさめる。　　　　　　　　　　　ことができる。

1. あなたがえる、けんこうなとはどのようなものですか。

☆けんこうなは、きくけると、つぎの２つにけられます。

のしかた　　　　　　　　　　　　かんきょう

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　よう・すいみん　　　　・とん　　　　かん　　　　　　　　　そうじ

　　　　　　　　　

　「けんこう」とは、**やのがよいこと**をいいます。けんこうには、**ののしかたや、かんきょう**がくかかわっています。

（３）あなたがこれからもけんこうでいるために、にしたいことをいてみましょう。