



FUKUOKA  
ONE HEALTH

6つのワンヘルスのレンズで  
さがしてみよう！

# ワンヘルス

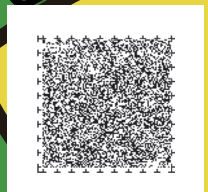
マスコットキャラクター  
©ワンヘルスぼうや



マスコットキャラクター  
©ぶなちゃん



このコードは音声コードです。  
各ページ、右下または左下に  
掲載されています。



福岡県教育委員会  
監修 公益社団法人 福岡県獣医師会



Fukuoka Prefecture

# 「ワンヘルス」って なんだろう？

ワンヘルスとは、このちきゅうで人とどうぶつとしょくぶつたちがみんなげん気にくらすということなんだ。



みんなげん気にくらすために、6つのレンズでまい日のくらしを見つめることが大せつだよ。



## 6つのワンヘルスのレンズ



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

どうぶつに  
やさしくする



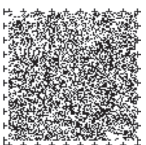
5

げん気に  
生かつする



6

たべものを  
大せつにする



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気づかせてくれるレンズなんだ。



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。



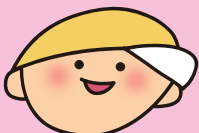
やせいのどうぶつには  
ちかよらないようにして、  
手あらいがいを  
つづけよう。



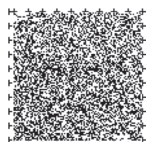
人がおおいところでは、  
マスクをつけよう。

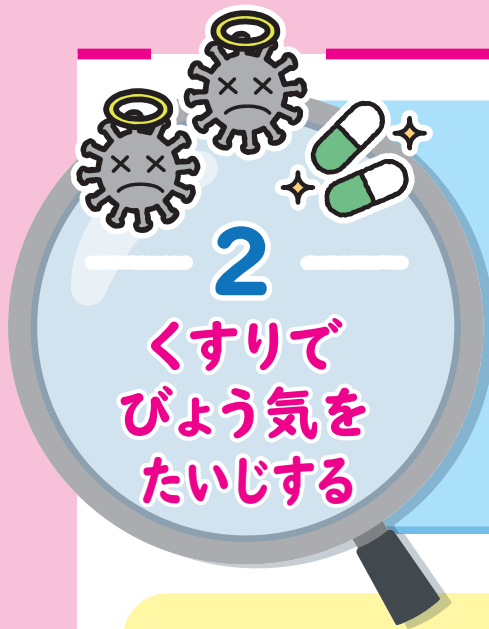


そとからかえったら、  
きがえてからだを  
せいけつにしよう。



まいにちつづけて、びょう気に  
まけないからだをつくっていこう!

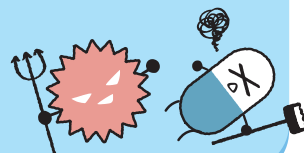




くすりで  
びょう気を  
たいじする



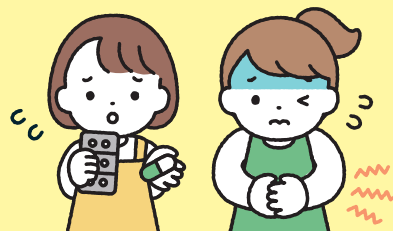
くすりを正しくのまないと  
びょう気をたいじできなくなる  
こともあるんだ。



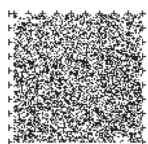
くすりは、おいしやさんから  
いわれたとおりに、  
正しくのおことが  
たいせつなんだ。



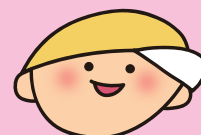
ともだちのくすりを、  
もらってのまないようにしよう。



げん気になっても、  
おいしやさんがいいというまで  
のみつづけよう。



くすりはおいしやさんとのやくそく。  
正しくのんで、  
びょう気をたいじしようね!





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  
かんがえてくれば、  
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。



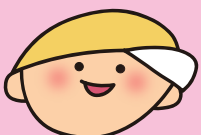
つかわないでん気はけす、  
水は大せつにつかうなど  
ちょっとしたくふうがひつようだね。



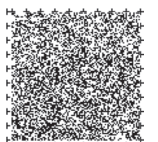
ゴミをみちにすてないで、  
ゴミばこにすてよう。



川やうみを  
よごさないようにしよう。



ちきゅうをたいせつにすることは、  
みんなのげん気をまもること!





4

## どうぶつに やさしくする

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。



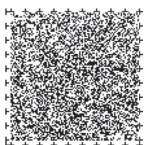
どうぶつのことをよくしり、  
どうぶつ（ペット）をかうときには、  
かいかたをすることが大せつだね。



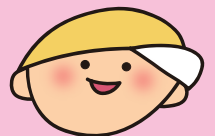
大きなおとを出して、  
どうぶつを  
びっくりさせないでね。



さわってもいいか、  
かいぬしさんにきいてみよう。



どうぶつのきもちをかながえて、  
なかよくするためのやくそくをまもろうね!





## げん気に 生かっする

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
- どうぶつやしよくぶつと  
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。



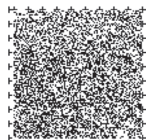
ともだちや先生に、  
げん気にあいさつをしよう。



なやみごとがあるときは、  
おとなにそうだんしよう。



こころとからだをげん気にすることが  
ワンヘルスだよ。

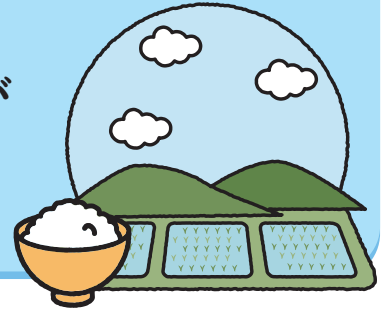




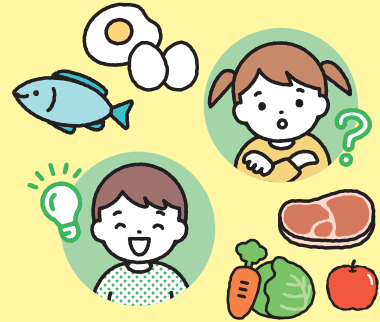
6

## 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。



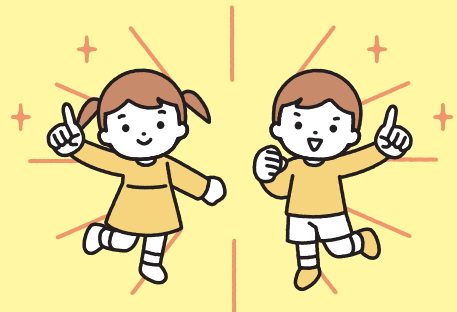
たべものがどうやって  
ここまできたかをかんがえて、  
ありがたいの気持ち  
をわすれずにたべよう。



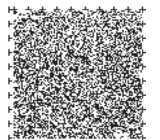
「いただきます」と  
「ごちそうさま」をいおう。

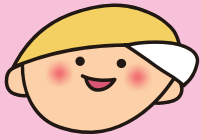


よくかんでたべると、  
えいようがからだの中  
にとどくよ。



たべものへの「ありがとう」の気持ちを、  
いつもわすれないでね。





# 生かつの中で「ワンヘルス」をさがそう

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  
どうぶつに  
やさしくする

5  
げん気に  
生かつする

6  
たべものを  
大せつにする



## 休みの日

かぞくと  
サッカーをしたよ。



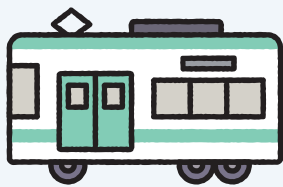
## そうじのじかん

学校を  
きれいにしたよ。



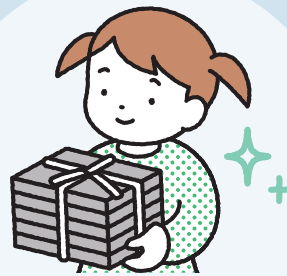
## しょくじのじかん

にが手なたべものも  
たべられるようになったよ。



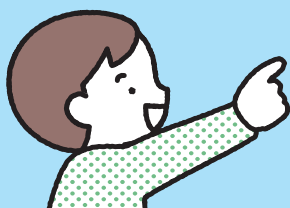
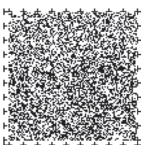
## おでかけ

たくさんの方がでん車で  
しごとに行っていたよ。



## ごみのぶんべつ

しゅるいごとに  
わけているよ。



# じぶんができる ワンヘルスを えらんでみよう

ばんごう	がんばりたいこと	ふりかえり	
		1かい目 ( / )	2かい目 ( / )
例	ともだちや先生に、 げん気にあいさつをしよう。	△	○
1			
2			
3			
4			



ワンヘルスについての  
どうがあるからぜひ見てみてね

