

い ふく

ちよう せつ

衣服の調節をして すごそう



1 1 月

たいおん ちょうせつ

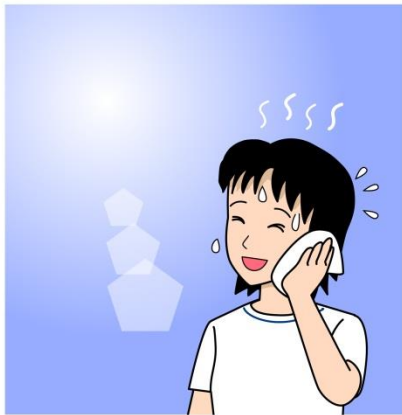
体温調節とは

あつ

暑いときはあせをかいて

からだ ねつ そと だす

体の熱を外に出す



さむ

けっかん

寒いときは血管がちぢんで

からだ ねつ

体の熱をにがさない



たいおん

いってい

はたら

体温を一定にたもつ働きがある

じょうず かさ ぎ
上手に重ね着をしよう



したぎ こうか
下着の効果

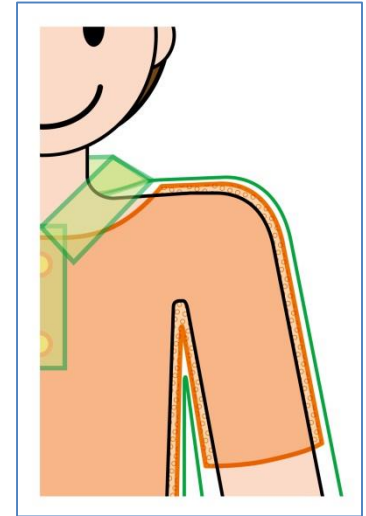


さむい！



あせをすうので
からだ
体がひえない

あたた ふうき
温かい空気がたまる



くび あたた
3つの首を温めよう

て くび
手首



くび
首



あしくび
足首

おんど あ い ふく ちょうせつ
温度に合わせて衣服を調節しよう



へ や なか そと
部屋の中も外も
おな ふく
同じ服そう？

あたたかい日は、
うわ ぎ ちょうせつ
上着で調節