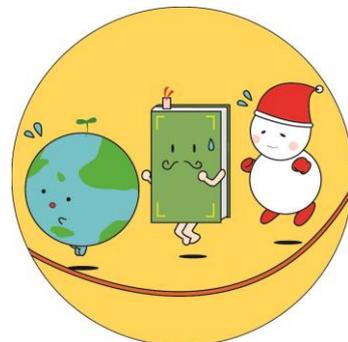


# さっぽろっ子の皆さんへ

令和2年（2020年）3月3日

- 学校がお休みの間、うがいや手洗いをしたり、人が多く集まる混みあった場所に行かないようにしたりするなど、健康に気を付けて毎日を過ごしていると思います。
- 健康のためには、運動や食事、すいみんがとても大切です。



- 札幌市の先生方が、かんたんに行ける運動を動画にしてくれました！！  
ぜひ、動画を見ながら運動してみてください！！

動画 【家でもできる 体づくり運動～エアロビクス～】

3月3日（火）16時からホームページなどで見ることができます！

・QRコード



・URL : [https://youtu.be/hHLT\\_JT4x-Q](https://youtu.be/hHLT_JT4x-Q)

