

ほけんだより

運動会号
山の手南小学校
保健室

もうすぐうんどうかい

ほんばんで、れんしゅうのせいかをじゅうぶんにだてたいちょうにだせるように、たいちょうをととのえましょう！！

ひとほんぶせき
けがをした人は、本部席にきてください！

てあし
手足のつめは、
みじか
短
き
く切りましょう。



はきなれたくつをはき
ましょう。



きおん
気温にあわせて、
ぬぎき
脱ぎ着できるふく
そうにしましょう。



はやね
早寝・
はやお
早起きをして
ちから
力をたくわえましょ
う。



げんき
元気のもと！

あさ
朝ごはん
でパワー
アップしましょう。



のど
喉がかわいていなくて
も、こまめに
水分を
とりましょ
う。

