



ほけんだより



令和5年9月28日(木)
救護系
運動会
第19号



おうちの^{おとこ}と^{おんな}と一緒に^よ読む



利用するタイミング^{りよう}
けが^{けが}をしたり、^{たけら}体言周が^{わる}悪くなったりしたら
ぼくたち救護係に^{きこ}言ってください。
^{まご}ごがかりい



せんじつ 前日のお願^{ねが}い



- 早く^{はや}ねる
- けが^{けが}をしないように^あ適^あごす
- ストレッチ^しをしてから^あねる
- 手^てと足^{あし}のつめ^{つま}を^き切る

とうじつ 当日のお願^{ねが}い

- 朝^{あさ}に^{はん}飯^{めし}を^たしっかり^あ食^くべよう
- こまめに^{みづ}水^{ぶん}分^ほ補^あ給^あを^よう
- 青^{あお}小^こ子^こ体^{たい}操^{そう}を^ししっかり^あし^やう。特^{とく}にかい^かせん。
- くつ^{くつ}も^あマジック^あテープ^あ、赤^{あか}白^{しろ}ほ^ろうし、体^{たい}育^{いく}着^ぎを^ししっかり^あま^あう。

