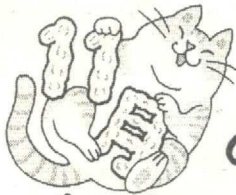




1年

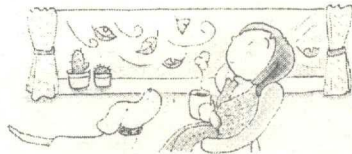
あなたのスマイルです

寒さが厳しくなってきました。元気に外で遊んでいるからか、薄着でいることをよく見かけます。遊んだ後に寒くならないよう、上着を着用しましょう。よろしくお願いします



ほけんモくひょう の保健目標

しせい だけ 姿勢を正しくしよう



11月のスマイル

8日～14日
がんばりカード週間

14日～21日
おうちでみかきのこしキエツク
(22日回収しめきり)

“悪い姿勢”していませんか？チェック!!

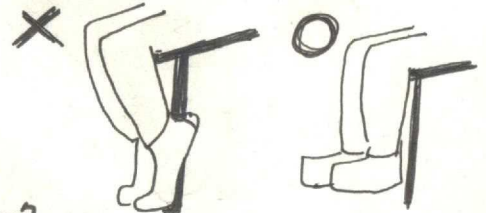
チェック 1 ^{かたあし}片足に^{じゆうしん}重んじ
をかける



チェック 2 ^{もて}カバンを持つ手が
いつも同じ



チェック 3 ^{すわ}イスに座ったとき、
^{あし}足をゆかにつけない



チェック 4 ^{うで}うでをくむ



チェック 5 ^{おねえさん}おねえさんすわり
をよくする



チェック 6 スマートフォンや
タブレット、ゲームを
よくする



チェック 7 ^{ほおぐえ}ほおぐえをよくつく



気が付かないうちに、している
人も多いと思います。
きれいな姿勢のために、
声をかけ合って、直していこう!

きょう
今日から
やってみよう!