



保健目標 … からだを清潔にしよう

明日はいよいよ運動会です。みなさんがたくさん練習しているところ、汗いっぱいがんばっているところ、笑顔で楽しんでいるところ、保健室からたくさん見えました。運動会本番を一人一人が最高の状態でむかえるためにも、しっかり食べて早くねるようにしましょう。

運動会のために・・・

つめは切ってくる



自分と友だちをケガさせないため

まえがみはまとめる



肌着を着てくる



熱中症よぼうのため

運動会のおねがい



外はとても暑いので、熱中症にならないためにも自分の出番でないときは水分をとってください。

ぼうしをかぶり、すずしいかっこうですごしましょう。

もし、自分やまわりの人が、気分が悪くなったり、しんどくなったら、近くのきゆうご係か、先生に教えて保健室にきてください。

けがをした時も同じです。

