

新年あけまして
おめでとうございます

新学期の生活には慣れましたか

冬休みが終わって一週間がたちました。学校生活のリズムには慣れましたか。3学期もいろいろな行事があります。学習も、運動も、生活も、すべて健康であってこそです。体調を整えて毎日を楽しみましょう。新しい年がみなさんにとって素晴らしいものとなりますように。

冬こそ
健康に…
安全に…

温かい飲み物で



水分補給

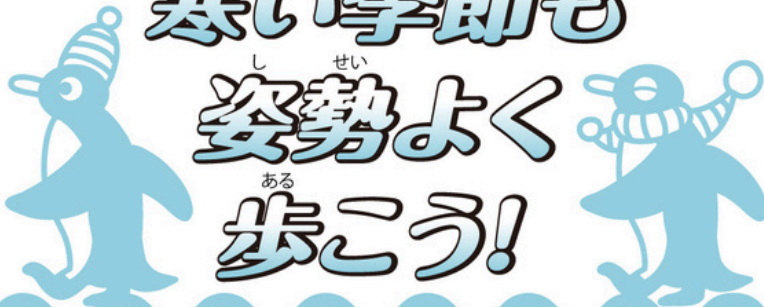
お風呂で温まろう



寒い季節も

姿勢よく

歩こう!



ポケットに手を入
れると転んだ
ときに危険です!



寒さから縮こまり、
つつい背中を
丸めていませんか?



寒いときは防寒用の小物を
上手に使うといいですよ!



【クイズ】つめが長いと、
どう困るの?

- ①ボールにつめがひっかかって、はがれたり突き指したりする
- ②ひっかいて友だちにけがをさせてしまう
- ③つめのすきまに汚れやバイキンがたまり、病気の原因になる

答えは…「全部」です!!
つめは短くしておきましょう。

