

ほけんだより 10月

令和6年10月号 朝霞第六小学校 保健室

今年は暑い日が9月末まで続きましたね。
ようやく暑い日が少なくなり、過ごしやすい季節に移り変わってきました。
さて、10月の一大イベント運動会が近づいてきましたね。運動会練習に毎日がんばっているみなさんの姿が保健室からもよく見えます。運動会にそなえて、心も体も準備しましょう。



ぜんじつ はや
前日は早く
ねよう

あ
サイズの合った
くつをはこう



運動前の準備はできてる？



つめを
きっておこう

こまめに

すいぶん
水分をとろう



たいちょう とき
体調がわるい時
は、休もう

