ほけんだより 12月

平成 26 年 12 月 4 日
尼崎市立武庫小学校
保健室

寒さに負けないからだをつくろう！

今週から朝マラソンが始まりました。寒くなり始めたときに、正しい服装で外で運動すると、寒さになれてかぜをひきにくくなります。みんなのからだは、寒さになれてきたかな？

毎日のはやね・はやおき・朝ごはんと、外で元気に遊んで、寒さに負けない強いからだをつくりましょう。

☆☆☆