



すまいる



いよいよ明日は運動会本番ですね！みなさん準備はバッチリですか？
今日ははやくに布団に入って、ゆっくりやすみましよう。

明日は水筒、ぼうし、汗ふきタオル、ハンカチ、ティッシュを忘れずにもって
きましょう！元気いっぱいみなさんの姿をおうちの人に見てもらえるよう
に、下の「準備はできた??」を確認して、運動会をむかえましよう！

準備はできた??

うんどうかいせんじつ ~運動会前日(今日)~



お友達や自分をキズ
つけないように、
つめは短く切る
みじかく切ろう！



寝不足は、けがや熱中症
などの原因。今日は
いつもよりもはやく寝よう！
早めにねる

うんどうかいとうじつ ~運動会当日(明日)~



きちんと朝ごはん



トイレをすませておく



家をでる前と
運動会の前に！



はきなれたくつをはく

あす てんき 明日の天気 (6月14日9時時点/日本気象協会 tenki.jp より)

明日の最高気温は22℃です。まだ暑さに慣れていないため、
熱中症にならないように対策をしっかりとしましょう。

明日 06月15日(土) [友引]



曇時々晴

最高 22℃ [+2]

最低 12℃ [+2]

時間	00-06	06-12	12-18	18-24
降水確率	30%	30%	30%	30%

熱中症対策!!

- よくねる、朝ごはんを食べる
- のどがかわく前に水をのむ
- ぼうしをかぶる
- 日かげでやすむ

おうちの方へ

明日はいよいよ運動会です。晴れて、気温も上がる予報です。熱中症
や体調不良にもなりやすいと考えられます。保護者の方も熱中症や怪我
の対策を十分に行い、子どもたちの応援や競技への参加をお願いします。

明日に備えて、持ってきていただくとよいと思うものをチェックリス
トで掲載しますので、ぜひご活用ください。

✓ CHECK LIST

- 汗ふきタオル (子・保)
- 水筒 (子・保)
- 帽子 (保)
- 長ズボン
- 虫よけスプレー

※タオルと水筒は、お子さんが自分
で持っている分に加えて、足りな
い時用の予備も持ってきていた
だけるとよいと思います。

※水筒の中に入れるものは、スポー
ツドリンクでも可です。