



すまいる

NO.6

令和8年6月12日発行

和琴小学校 保健室

養護教諭 荻野 真花

うんどうかいご ～運動会号～

いよいよ明日は運動会です！みんな準備はバッチリですか？今日は早めに布団に入って、ゆっくり休みましょう。

今年のスローガン「けっぱれ！！」に向けて、今までみんなでけっぱってきましたね。明日は、その成果をおうちの人に見てもらえるように、準備万全の元気な体で運動会に挑みましょう！

準備はできた??

～運動会前日（今日）～



つめは短く切る

友達や自分をキズつけないように、短く切ろう！



早めにねる

寝不足は、けがや熱中症などの原因。

いつもよりはやく寝よう！

～運動会当日（明日）～



きちんと朝ごはん



はきなれたくつをはく



トイレをすませておく

家を出る前と運動会が始まる前に！

一生懸命にがんばるみんなは
とてもカッコいいけど...

けがと熱中症に
気をつけて！



入念に準備体操！



赤白帽子をかぶろう！



のどがかわく前に
水分補給！

保護者の方へ

明日はいよいよ運動会です。気温は20℃前後の予報ですが、まだ体が暑さに慣れていないと熱中症や体調不良にもなりやすくなります。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のご協力をお願いします。

※保護者席はテントのみとなりますので、各ご家庭で椅子や敷物の用意をお願いします。

※お子さまの水筒の中に入れるものは、スポーツドリンクでも可です。