

# ほけんだより

2019年 9月26日  
豊能町立吉川中学校  
保健室 No. 4

いよいよ明日は体育大会ですね。体育大会予行練習の日は、曇り空で涼しく過ごすことができましたが、体育大会当日は少し暑くなりそうです。全力で競技に臨めるように、帽子・タオル・水筒など、各自に必要な物を忘れず準備しておきましょう。とくにタオルは、汗をふくだけでなく、砂のついた手足を洗う時に役に立ちます。必ず持ってくるようにしましょう！

明日の本番で、みなさんが元気に活躍してくれることを期待しています☆

## ★★★ 体育大会の準備はできていますか・・・？ ★★★

- ① 帽子：陽射しが強ければ帽子をかぶろう！  
※今年はテントがあります。暑い時はテント下の日影に入ろう！
- ② 水筒：水分補給をしよう！
- ③ つめの手入れ：つめは短く切っておこう！
- ④ タオル：清潔なタオルを持ってこよう！
- ⑤ 十分な睡眠：前日は早く眠ろう！
- ⑥ トイレ：早起きをしてトイレを済ませておこう！

この6つの準備をすれば、万全の状態です。体育大会にのぞめます！ファイト☆



## 保護者のみなさまへ

9月27日(金)の体育大会当日・10月1日(月)予備日は、学校給食・パン販売はありません。お弁当が必要です。ご準備よろしくお願ひいたします。

また、明日は曇りの予報です。日中涼しくなりましたが、体育大会ではお子様はたくさん汗をかきますので、1日分の水分が十分にとれるよう、大きめの水筒の準備をお願いします。

当日の朝、体調不良などで配慮が必要な場合は、学校までご連絡ください。

