

# ほけんだより 10月

令和元年10月1日  
八幡台小学校 保健室

おなかとせなかに ぐう ひとつ  
あしは ペタ セなかは ぴん  
ひだりて(みぎて)おいて とん  
さあ かこう

か 書くときの正しい姿勢はできていますか？

あいことば  
合言葉「ぐー・ぺた・ぴん・とん」

## ぐにやぐにや姿勢

ぐにやぐにや姿勢



## シャキッと

シャキッとすれば…



お家の方へ

2学期から教室は新しい机といすになりました。この機会に、書くときの正しい姿勢について意識するよう指導しています。子供は無意識に目の前にいる人のマネをします。お子さんの前では私たち大人も背筋を伸ばして、いい姿勢を心がけたいですね。「背筋が伸びているとかいいね」「もう少し頭を後ろにするといいね」と声をかけて、いい姿勢ができたときは、しっかりほめてあげてください。