

いちねんせいのみなさんへ

いちねんせいのみなさん、げんきにすごしていますか？みなさんと、がっこうでいっしょにおべんきょうするひがまちどおしいです。

みなさんはひごろから「ただしいしせい」をいしきしていますか？いちどわるいしせいがみについてしまうと、なおすのはむずかしいです。いまのうちからいしきをして、「ただしいしせい」をしゅうかんづけましょう。



よいしせいですぐすと…

- ・やるきがおきる。・しゅうちゅうりよくがでる。
 - ・きれいなもじをかくことができる。
 - ・のうや、ないぞうのはたらきがよくなる。
 - ・バランスかんかくがよくなる。
 - ・けつえきのながれがよくなる。
- など、からだにとっていいことがたくさんあります。

～ただしいしせいのあいことば～

あしはぺったん、せなかはぴん、

おなかとせなかにグーひとつ

★まいにちしせいのチェックをしてから
しゅくだいに、とりくんでみましょう!!

わるいしせいですぐすと…

- ・せぼねがまがる。・めがわるくなる。
 - ・けつえきのながれがわるくなる。
 - ・しゅうちゅうりよくがなくなる。・つかれやすくなる。
 - ・うんどうのうりよくがひくくなる。
- など、からだにいいことが一つもありません。