

11月の保健目標は『姿勢を正しくしよう』です。



寒くなりましたね。着る物が厚くなり、重ね着をすることも増えてきました。薄着の時に比べ、手や足を動かすにも、思うように動かしにくくなります。冷たい風が吹くと、風をよけるために首をすくめたり、背中をまるめたりしてしまいます。そのうちに、気がつかないうちに姿勢が崩れていることがあります。したがって、今月の目標は『姿勢を正しくしよう』です。  
(11月の保健室の掲示)

<気候にあった服装に、自分で工夫しよう。！>



### 味覚の秋の変身コーナー

《鍋にポン!》と材料カードを入れるだけで、下の口から出来上がった料理(カード)が《ポン!》と出てくるコーナーです。



① にんじん・玉ねぎ・豚肉  
ジャガイモ・ごはん で、  
できる料理は なあに？



答え

①カレーライスです。



②ひき肉・にら・キャベツ  
ギョーザの皮 で  
できる料理は なあに？

答え

②ギョーザです。

