

# 1月の保健指導



クイズを出して、11月、12月の保健指導の振り返りをしました！！  
「手についたばい菌をやっつけるには手を振ったらいい？」「×（ブー！）手は洗わなあかんねん」100点満点でした。



鼻のかみ方の練習をしました！！  
お口を閉じて鼻でフーフーと息をはいてね。  
ティッシュは揺れたかな？



あ・い・う・べ体操をして鼻呼吸の習慣をつけよう！！

