

# ほけんだより

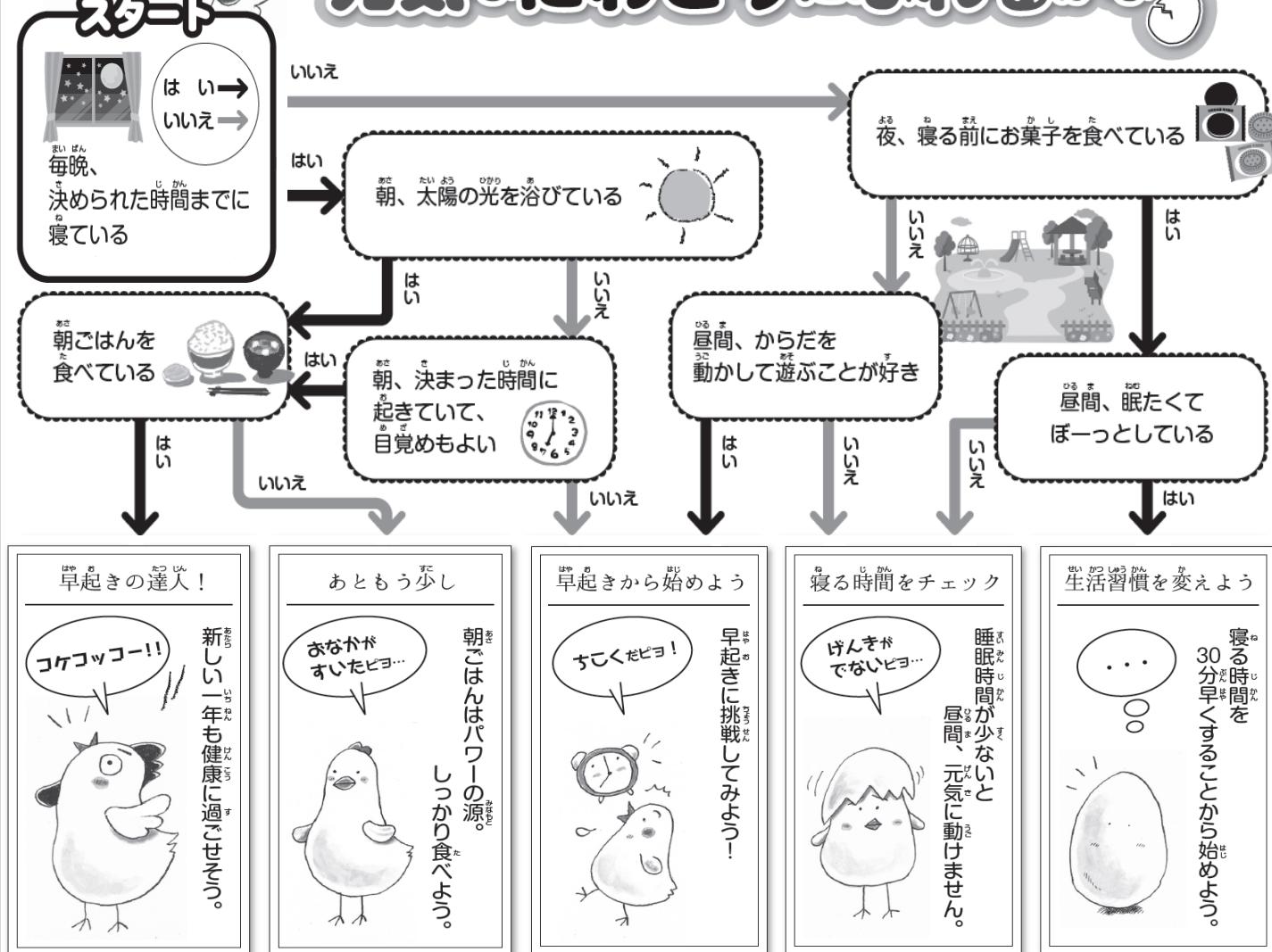


松橋支援学校  
保健室  
平成29年1月10日

あたら いちねん はじ ことし とりどし あさ つ な  
さあ、新しい一年の始まりです。今年は酉年。にわとりは、朝を告げて鳴く  
むかし おお くに だいじ がっこう あさ つ  
ので、昔から多くの国で大事にされてきたそうです。学校で朝を告げるのは、  
みんなの「おはよう！」の元気な声。2017年も明るいあいさつが校舎に響き  
ますように。



# はや ね はや お あさ 早寝・早起き・朝ごはんで げん き 元気なにわとりになれるかな



た  
食べたもののカスが、大腸の最後に  
さい こ  
だい ちょう  
ある直腸につくと、脳が命令をだして  
ちくばく ちゅうこう のう めい れい  
「ウンチをしたく」なるのです。  
いち ばん かつ はつ  
このはたらきが一番活発なのが、  
あさ  
朝ごはんのあと。朝ごはんを食べない  
あさ た  
べん び ざ み  
と、だんだん便秘気味になります。

