

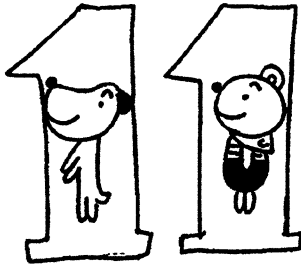
11月^{きねんび}は記念日がいっぱい

11月には、「〇〇の日」や11の語呂合わせで「いい〇〇の日」と言われる記念日がとても多いです。保健や健康に関する記念日もいくつかあります。みなさんはいくつ知っていますか？

11月1日は いい姿勢^{しせい}の日

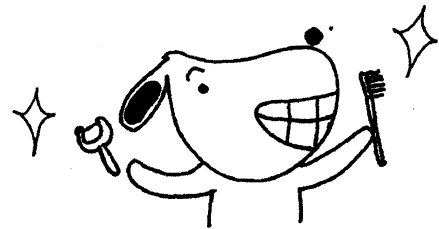
「1」は
背筋がまっすぐ
いい姿勢のこと

あなたの姿勢は
いい姿勢？

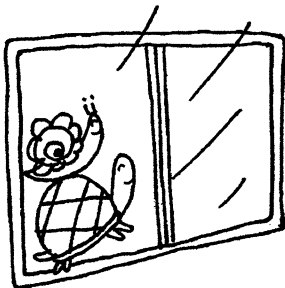


11月8日は いい歯^はの日

あなたの歯は 健康でいい歯 かな？



11月9日は いい空気^{くうき}の日



部屋の空気
入れかえをして
いい空気
過ごそう

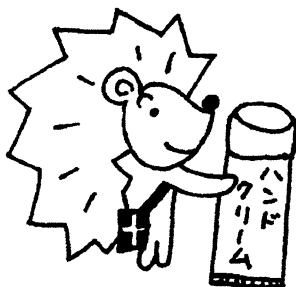
11月10日は いいトイレ^{トイレ}の日

次に使う人の
ことを考えて
トイレを使って
いますか？
こまめなそうじ
も大切です



(11月15日は 世界トイレの日です。)

11月12日は いい皮膚^ひの日



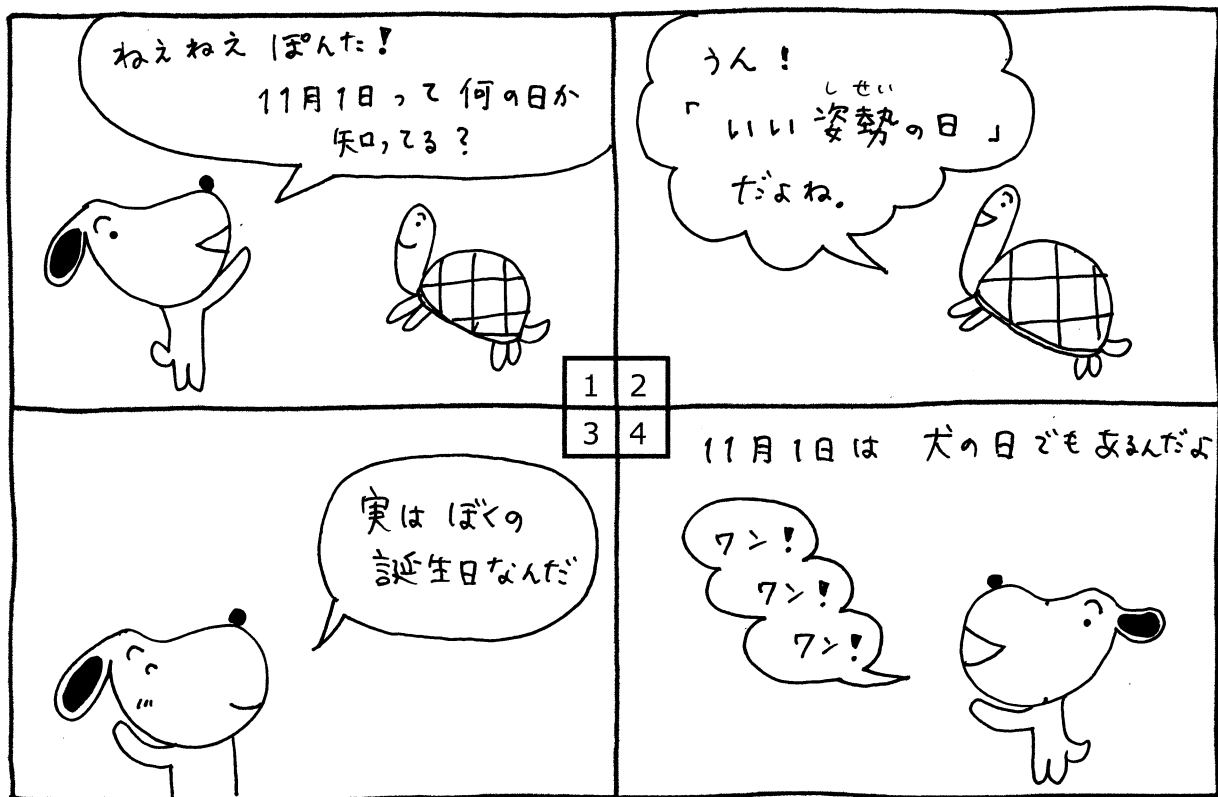
乾燥したり
病気になったり
していないかな？

正しいケアを
してあげよう

11月26日は いい風呂^{風呂}の日

ゆっくりと
お風呂に
入って
1日の疲れを
とろう





みんなはどんな いい〇〇の日 にしたい?

ごろあ
自分だけの記念日を語呂合わせしてみても楽しいね!

