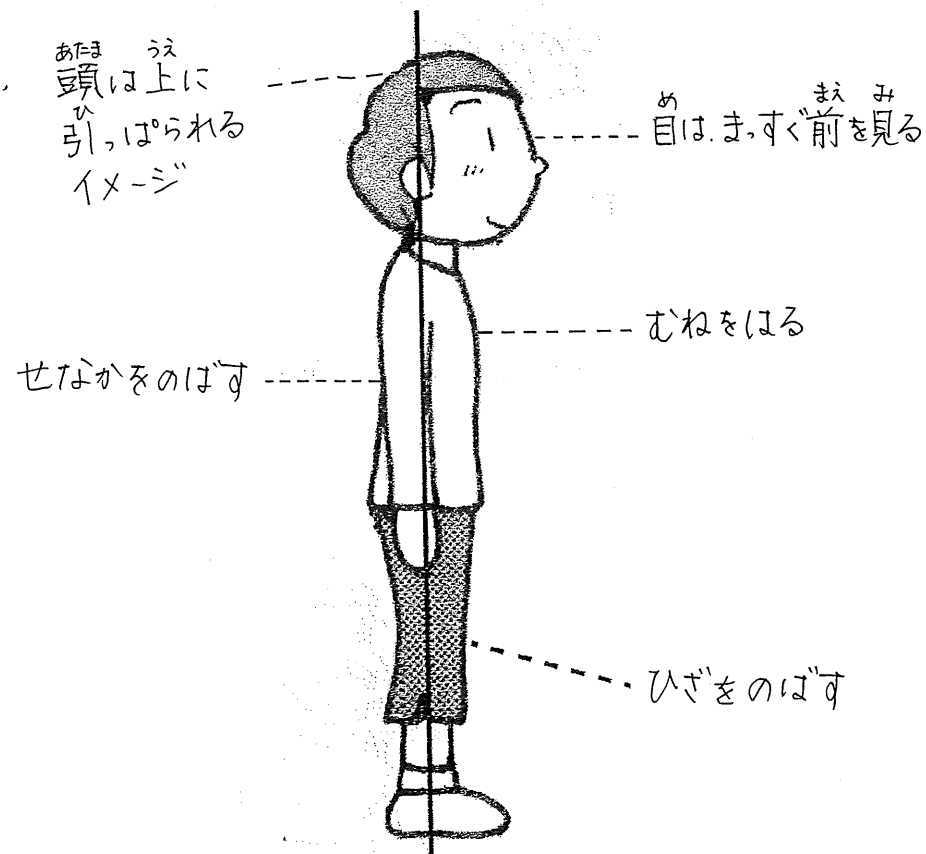


こんな姿勢を 心がけよう!

ある 歩くとき

寒くなると、ポケットに手をつこんで、背中を丸めて歩いている人が増えてきます。

寒いときこそ、正しい姿勢で寒さをふき飛ばそう!



勉強するとき、本を読むとき



ほねは、からだの だいじなところや やわらかな ないぞうを しまつて まもる やくめを しています。

くびから せなかを とおつて こしへ のびて いる ほねの なかには、しんけいの ほそい せんが とおつて います。

かこさとし からだの本

『ほねは おれます くれます』より

