

たいいくのふくそう



- きていいもの
- ・トレーナー
 - ・スウェットなど



たいそうふくには名前をつけましょう
ぼうしをかぶりましょう

○シャツはズボン
に入れましょう。

○くつ下はひざよ
り下にしましょう



- きてはいけないもの
- ・フードがついているもの
 - ・チャックがついているもの
 - ・マフラー
 - ・ネックウォーマーなど

じゅんびうんどうがおわって、からだがあたたまったら
つわぎをぬぎましょう。