

- ・文章の中から「あ・い・う・え・お」の文字を見つけて○をつけましょう
 - ・なるべく早く、内容も把握しながら行いましょう
-
-

けがやびょうきをしたあとは、からだがじぶんの おもいどおりに うごかしにくくなること
があります。そのまま うごかさないでいると、
きんにくが よわくなり、さらに うごきにくく
なってしまう かのうせいがあります。

りはびりをすることで、すこしずつからだの
はたらきをとりもどし、まえのように からだを
うごかせるように なります。また、りはびりは
けがやびょうきが ふたたびおこらないように
するためにもたいせつです。おいしゃさんやり
はびりのせんせいをたよりながら むりのない
はんいでうんどうをつづけましょう。

氏名 _____ 年 _____ 月 _____ 日()