



1年生 身体測定・足育

1年生が身体測定をしていました。測定の前に、【足育（そくいく）】をしていました。足育とは、『こどもから大人からまで元気な体づくりのために、足の大切さを知り、体が安定する足の使い方、靴の履き方・選び方を学び、いい姿勢や歩き方を身につけること』です。今日は、指のストレッチをしたり、指の使い方を練習したりしていました。

