



# じぶんのみのまもりかたをしよう 「おちてこない・たおれてこない・いどうしてこない」ばしよに! だんごむしのポーズ かいせつ

て  
手であたまを  
おおう

せをまるくして  
よつんばいになる

じょうずにできたら  
おうちの人から○を  
してもらおう。



つくえなどが ない ばしよでは、だんごむしの  
ポーズでみをまもろう。

ちかくに ヘルメットや防災ずきんぼうさいなどがあれ  
ば、それをつかってあたまをまもってね。



つくえなどがある ばしよでは、つくえの  
りょうあしをりょう手てでしっかりもって  
みをまもろう!

