



## 運動会練習期間中の水分補給について

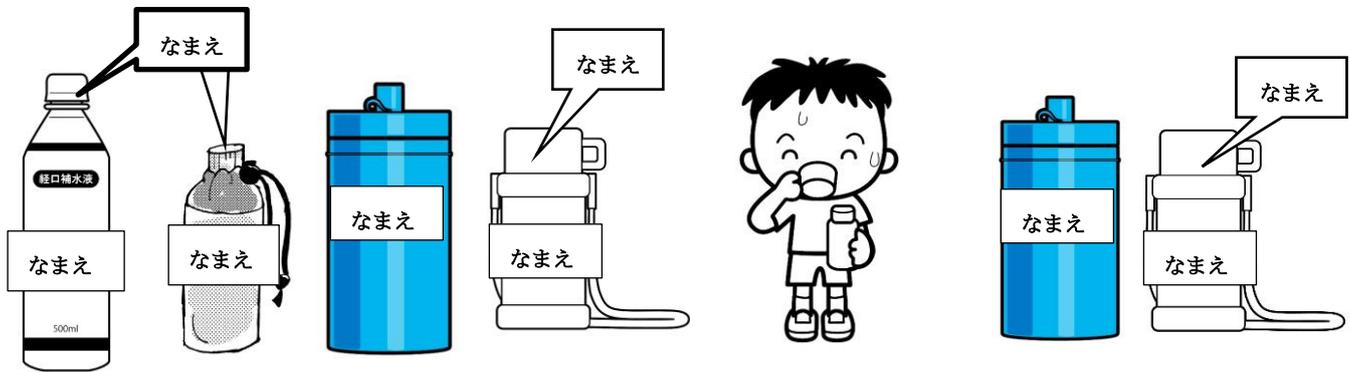


- スポーツ飲料や経口補水液を持ってくることを許可します。但し、お茶は必ず持たせてください。  
追加で、スポーツ飲料や経口補水液を持ってくるようにします。
- お茶、スポーツ飲料、経口補水液を入れる容器には必ず名前を書いてください。
- 他の人から、もらって飲むのは禁止です。
- 水筒等の容器は、毎日きれいに洗浄してください。

**\*お茶や、経口補水液を入れる容器は、本体、フタ、カバーすべてに名前を書いてください。\***

スポーツ飲料（経口補水液）

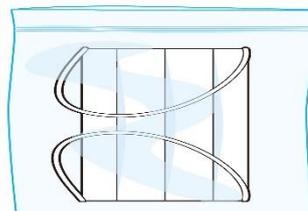
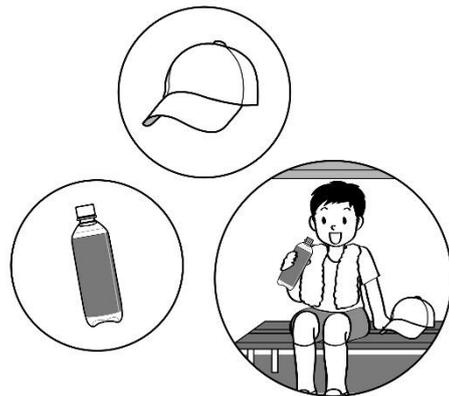
お茶



**\*他の人の飲み物を飲むのは禁止です。\***



**\*水筒、赤白帽子、汗拭きタオルは必ず持たせてください。\***



**\*汗をかいてよごれたり、ぬれたりするので、予備のマスクも準備してください。\***