山道

第二、三、四、五回

堅上方面の山登り

第三、床前

第一線の将兵が陸に海に極める戦果をあげて居りますのは、大御懸威の然しめるところこそでございますが、日本兵が強靭な腰を持てあるということ、一つの大きな原因をなしてゐると言ふことには、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極つもり、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極めて、極ために、関していきふに、外を喜ぶ子に、陽の浴びさせる、空気を食べさせる。
２、鍛錬的には
○正しい姿勢の出来る子に
くらつく子はやめ
不健康な子はぐらつく。

外は身が心を揺さぶる。

○歩ける子は歩けない。
不健康な子は歩けない。

①夏
洋服の着方、髪型、うつら方、枕を訓練する。

②冬
乾燥を防ぐ対策をする。

３、保護
○夏
夏は特に熱帯地域に

○冬
枯れ木は乾燥する。

４、屋外保育と重視する
○夏
屋外保育は重視する。

○冬
屋外保育室は重視する。

＜遊具の部＞
○夏
遊具は適正な物を用いる。

○冬
遊具は適正な物を用いる。

５、家庭
○夏
家庭に向かっては先ず学習を重視する。

○冬
家庭に向かっては先ず学習を重視する。

＜腰掛の部＞
○夏
腰掛は適正な物を用いる。

○冬
腰掛は適正な物を用いる。

＜手の部＞
○夏
手は適正な物を用いる。

○冬
手は適正な物を用いる。

＜足の部＞
○夏
足は適正な物を用いる。

○冬
足は適正な物を用いる。

＜腳の部＞
○夏
脚は適正な物を用いる。

○冬
脚は適正な物を用いる。
三、結び

思わぬ手足が出てくる時、その時に菌が見つかったり、寄生虫が見つかったりする。しかし、発症から数週間後には、その症状が改善することを期待できる。