

▼^ほ歯みがきを1回したら、^{かい}☆に1つ^{いろ}色をぬろう！^{まいにち}毎日3つ^{ぼし}星★★★★めざしてがんばって！！

ひゅやす
冬休み
げんき
元気
カレンダー



12/22 ☆☆☆
ふゆやす ちゅう も、がっこう
冬休み中も、学校に
行く日と同じ時間
におきよう。



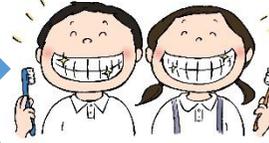
12/23 ☆☆☆
むし ば などの ちりょう
虫歯などの治療は、
休みのうちにすませよ
う。



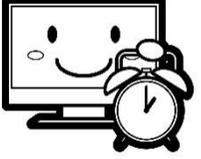
12/24 ☆☆☆
ごちそうの 食べすぎに
気をつけよう。



12/25 ☆☆☆
いつもより ていねいに
は 歯みがきをしよう。



12/26 ☆☆☆
テレビやゲームは 決め
られた時間を守ろう。



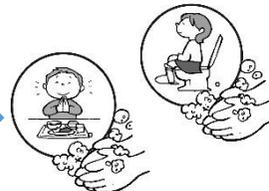
12/27 ☆☆☆
おてづかいをすすんで
やってみよう。



12/28 ☆☆☆
ふゆやす ちゅう
冬休み中もしっかり
あさ 朝ごはんを 食べよう。



12/29 ☆☆☆
ごはんの前・トイレの後は
ていねいに 手を洗おう。



12/30 ☆☆☆
まいにち よ
毎日、夜ふかしをしない
ように 気をつけよう。



12/31 ☆☆☆
かぞく や みぎかな りと
家族や身近な人たち
と、仲良くすごそう。



1/1 ☆☆☆
2019年 スタート！
今年 がんばる 事を
きめよう！



1/2 ☆☆☆
ま 好ききらいをしないで、
なんでも 食べよう。



1/3 ☆☆☆
そと からだ
外で 体をうごかして
げんき つんどう
元気に運動しよう。



1/4 ☆☆☆
そと から 帰ったら 手洗い・
うがいを 忘れずに。



1/5 ☆☆☆
せいかつ
生活リズムの 見直しを
しよう。



1/6 ☆☆☆
あさ 朝ごはんを 食べたら
トイレに行こう。



1/7 ☆☆☆
さあ、あした から 学校！
からだ こころ
体と心のじゅんぴは
おーケー？



