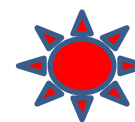


8月 日()わくわくたべものおはなし会 第4回目 朝ごはんで元気いっぱい!



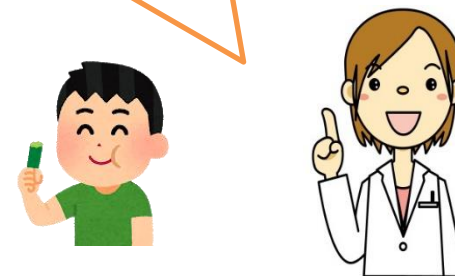
家族の人と一緒に、「起きる時間」と「寝る時間」の目標を決めて、書きましょう。

目標が達成できたら、○をつけたり、シールを貼ったりしましょう。

家族の人と決めた「起きる時間」「寝る時間」を書きましょう♪

ひにち	ようび	じ ぶん におきる	あさごはんを たべた	じ ぶん にねる
/	げつ	○	○	○
/	か	○	○	○
/	すい	○	○	○
/	もく	○	○	○
/	きん	○	○	○
/	ど	○	○	○
/	にち	○	○	○

今日は、朝ごはんの大切さを確認しました。
ご家庭でも、生活リズムを振り返り、朝ごはんの大切さについて確認をしてみてください。



おやこ
シェアカード



大和市役所ほいく課