

2月 日()わくわくたべもののおはなし 第10回目 うんちを出していい気持ち

《すっきりとうんちができるように、せいかつをみなおしてみよう。できたら、しるしやえをかこう。》

ひにち ようび	/ にち	/ げつ	/ か	/ すい	/ もく	/ きん	/ ど
いつもとおなじじかんにねて・おきた (ねるじかん: __じ__ふん) (おきるじかん: __じ__ふん) 							
すききらいなくなんでもたべた 							
しっかりとうんどうをした (そとであそんだ) 							
すっきりとうんちがでた							
<p>どんなうんちだったかな？ </p> <p>○よいうんち○ ばななうんち</p> <p>△わるいうんち△</p> <p>ころころ   </p> <p>びしゃびしゃ</p> <p>によろによろ</p>	絵や ○△×、言葉などで	どんなうんちが出たか	書きましよう。				

今日は、うんちについてお話ししました。すっきりとうんちを出す為には、
 『早寝早起きをしてしっかり眠る事』『好き嫌いをしないで何でも食べる事』
 『しっかりと運動をする事』が大切である事を学びました。
 規則正しい生活リズムを身につけ、毎日うんちをして、1日元気よく過ごしましょう。



おやこ
シェアカード

大和市役所ほいく課