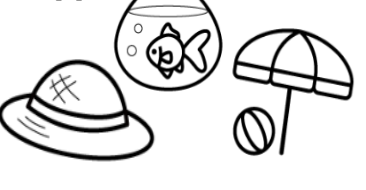
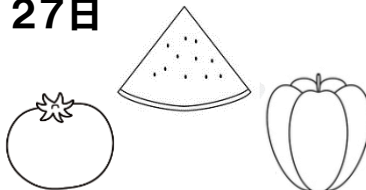
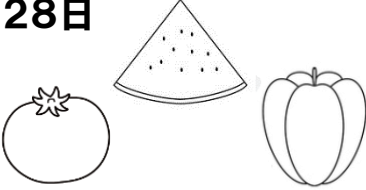
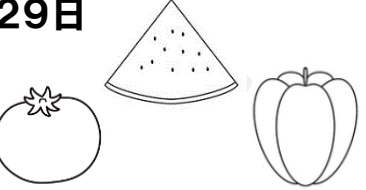
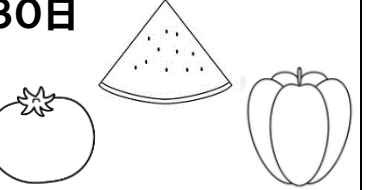
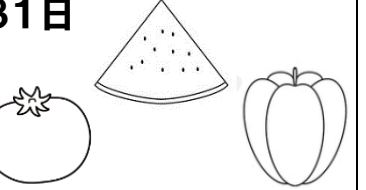
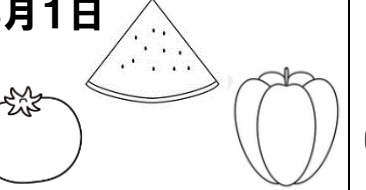
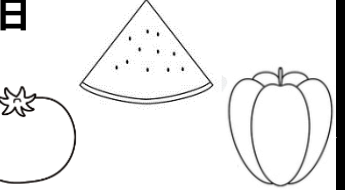
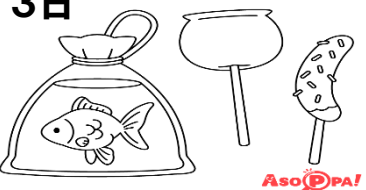
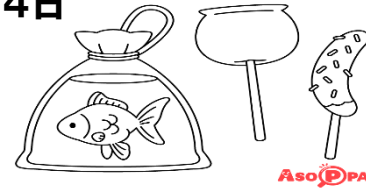
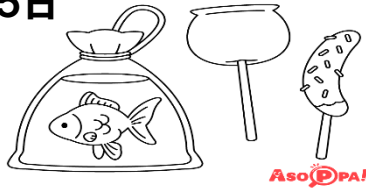
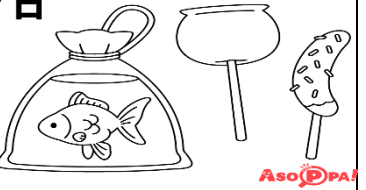
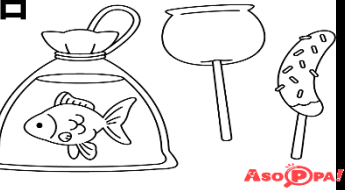
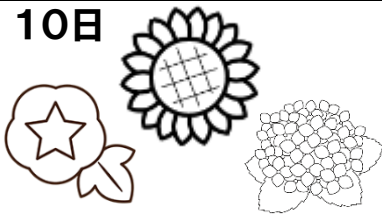
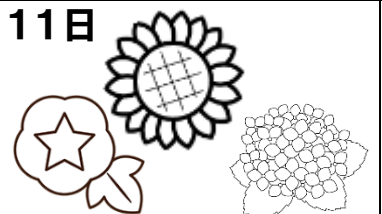
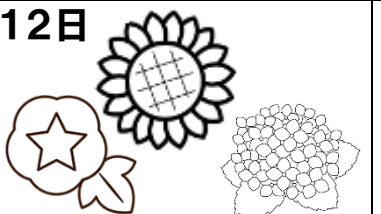
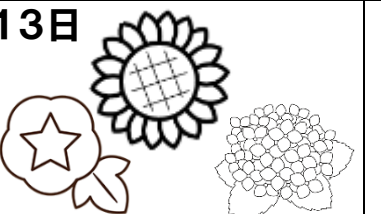
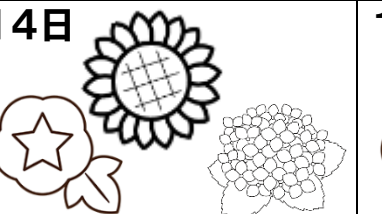
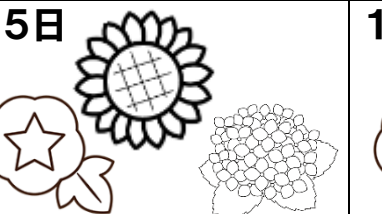
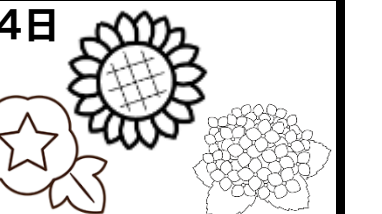
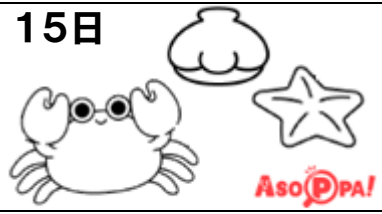
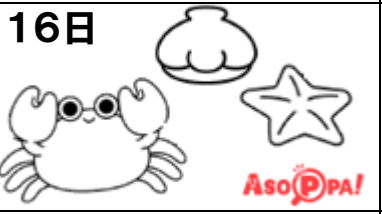
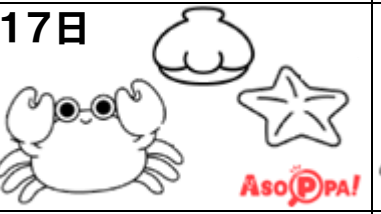
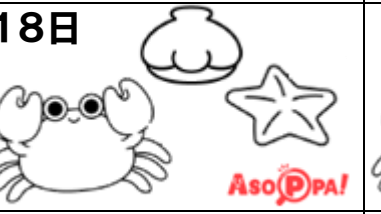
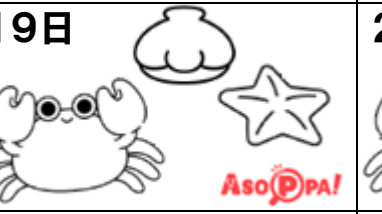
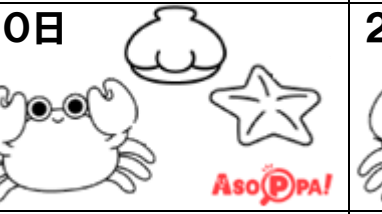
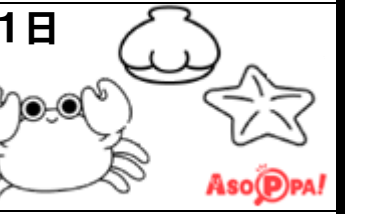
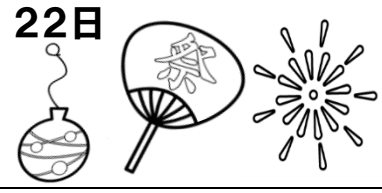
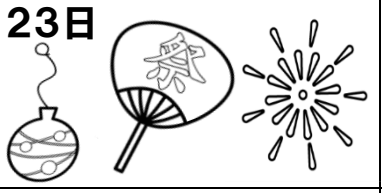
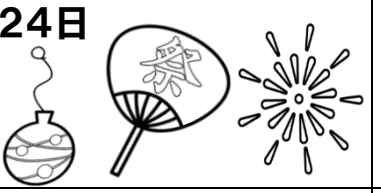
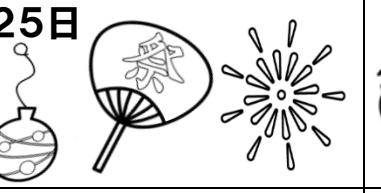
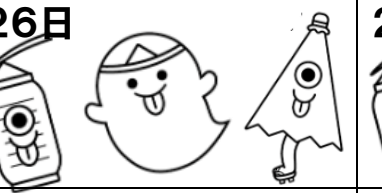
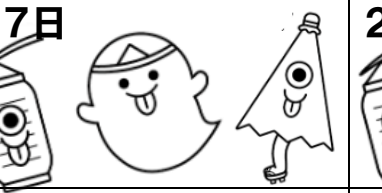
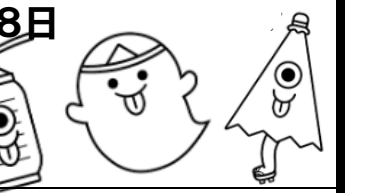


ねん くみ なまえ

☆けんこうなせいかつを心^{こころ}がけ、あつさにまけない体^{からだ}をつくろう！

☆おうちの人ときめましょう！ おきる時間 時 分。 ねる時間 時 分。 テレビやゲームは 時間まで。

はみがき せいかつ チェック	7月20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
							
	ゲームをした時間や テレビをみた時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間
	おきた時間	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分
ねた時間	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分
	27日	28日	29日	30日	31日	8月1日	2日
							
ゲームをした時間や テレビをみた時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間
おきた時間	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分
ねた時間	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分
	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
							
ゲームをした時間や テレビをみた時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間
おきた時間	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分
ねた時間	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分	時 分

	10日 	11日 	12日 	13日 	14日 	15日 	14日 
ゲームをした時間や テレビをみた時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間
おきた時間	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分
ねた時間	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分
	15日 	16日 	17日 	18日 	19日 	20日 	21日 
ゲームをした時間や テレビをみた時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間
おきた時間	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分
ねた時間	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分
	22日 	23日 	24日 	25日 	26日 	27日 	28日 
ゲームをした時間や テレビをみた時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間	じかん時間
おきた時間	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分
ねた時間	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分	じ時ふん分
	29日 	なつやすみの生活をふりかえろう！ (はみがき・早ね・早おきについてかきましょう。どれか一つえらんでかいてもよいです。) おうちの人のサイン					
ゲームをした時間や テレビをみた時間	じかん時間						
おきた時間	じ時ふん分						
ねた時間	じ時ふん分						

