

早ね早おき朝ごはんチャレンジシート

そうだみんなでやってみよう!



うちのカレンダーに、早おきができた日は「早おきシート」、朝ごはんをちゃんと食べた日は「朝ごはんシート」、夜ふかししないで早ねが出来た日には「早ねシート」を貼っていこう!

「早ね・早おき・朝ごはん」と「外遊び」で、元気いっぱいのおさめKidsになろう!

早ねシート

早おきシート

朝ごはんシート

外遊びシート



早ね早おき朝ごはん



早ね早おき朝ごはん



早ね早おき朝ごはん



元気に外遊び