

せい かつ

生活リズムビンゴ! カード

ねん くみ ばん なまえ



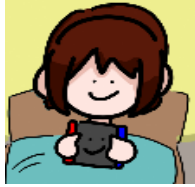
































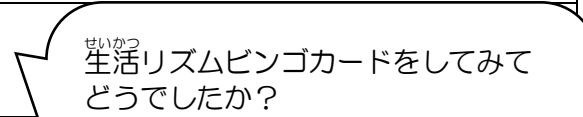
けんこうなせいかつができたなら、マークにいろをぬり、ビンゴをめざそう! たて、よこ、ななめ...いくつビンゴできるかな?

はやく・ぐっすりねるための
メディアのルール

(テレビ、タブレットなど)

じ ぶん ねる



	すっきり おきられた 	うんどう 運動をした 	メディアの ルールを守れた 	ねる時間 を守れた 	やさしいきもちで すごせた 	きょうのきぶんは? (なんでもつぶやいてね) 
2がつ16にち 木 2月16日(木)						
2がつ17にち 金 2月17日(金)						
2がつ18にち 土 2月18日(土)						
2がつ19にち 日 2月19日(日)						
2がつ20にち 月 2月20日(月)						

ぜんぶで()ビンゴ たっせい! 2がつ21にち 火に、学校にていしゅつします。