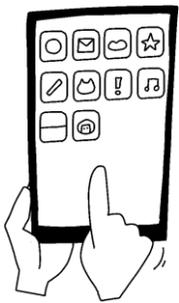


日	月	火 24日	水 25日	木 26日	金 27日	土 28日
 <p>心も体も元気な冬休みにしましょう。</p>		 <p>早ね・早起き・朝ごはん、学校がある日と同じリズムで過ごそう。</p>		 <p>メディアは、おうちの人との約束を守って使おう。</p>		 <p>朝、昼、夜、食後の歯みがき忘れずに。</p>
29日	30日	31日	1日	2日	3日	4日
 <p>運動不足に気を付けよう。</p>	 <p>帰宅後、食事の前には手を洗おう。</p>	 <p>すすんで、お手伝いをしよう。</p>	 <p>健康な一年になりますように。</p>	 <p>宿題をすすめよう。</p>	 <p>1時間に1回は換気をしよう。</p>	 <p>部屋の湿度にも気を付けよう。</p>
5日	6日	7日	<p>ふゆやすみの</p> <h1>けんこうカレンダー</h1> 			
 <p>早ね・早起き・朝ごはん、新学期にそなえて、生活のリズムをとり戻そう。</p>	 <p>「おはよう」家族と元気な挨拶をしよう。</p>					

