

しじみとれたで

あした

げんき

明日も元気!



はじめよう!明日につながる生活リズム

心とからだいきいき
キャンペーン

しっかり
ちょうしょく た
朝食を食べよう

とで
げんき あと
元気に遊ぼう

じっくり
ほん よ
本を読もう

ちようじかん
長時間
れびを
み見るのはやめよう

みなけを
ととの
整えよう

たっぷり
ね
寝よう

鳥取県教育委員会
中部教育局