家族でチャレンジ

小学生のみなさん 毎日チャレンジしましょう!

チャレンジ期間　11月1日～12月31日

コースをクリアしたら塗り絵の番号順に色をぬろう!（達成日数は問いません。）

●コース紹介

手あらい・うがいコース

達成目標　外から帰ったら、しっかり手あらいまたは消毒、うがいをする。

元気にあいさつコース

達成目標　家・学校などで、みんなにあいさつをする。

家族はもちろん、学校の先生やお友だち、知り合いの人にも自分からあいさつしよう!

しっかり歯みがきコース

達成目標　ごはん・おやつを食べたあとは、歯みがきをする。

その出し液を使ってみがきのこしがないかチェックしてみるといいよ!

チャレンジして提出すれば「達成賞」をプレゼント

一部ぬれていない所があっても、提出すれば賞品をプレゼントします。

キリトリ線

チャレンジした人の名前＿＿＿＿　小学　年生　誕生日 20　年　月　日　男・女

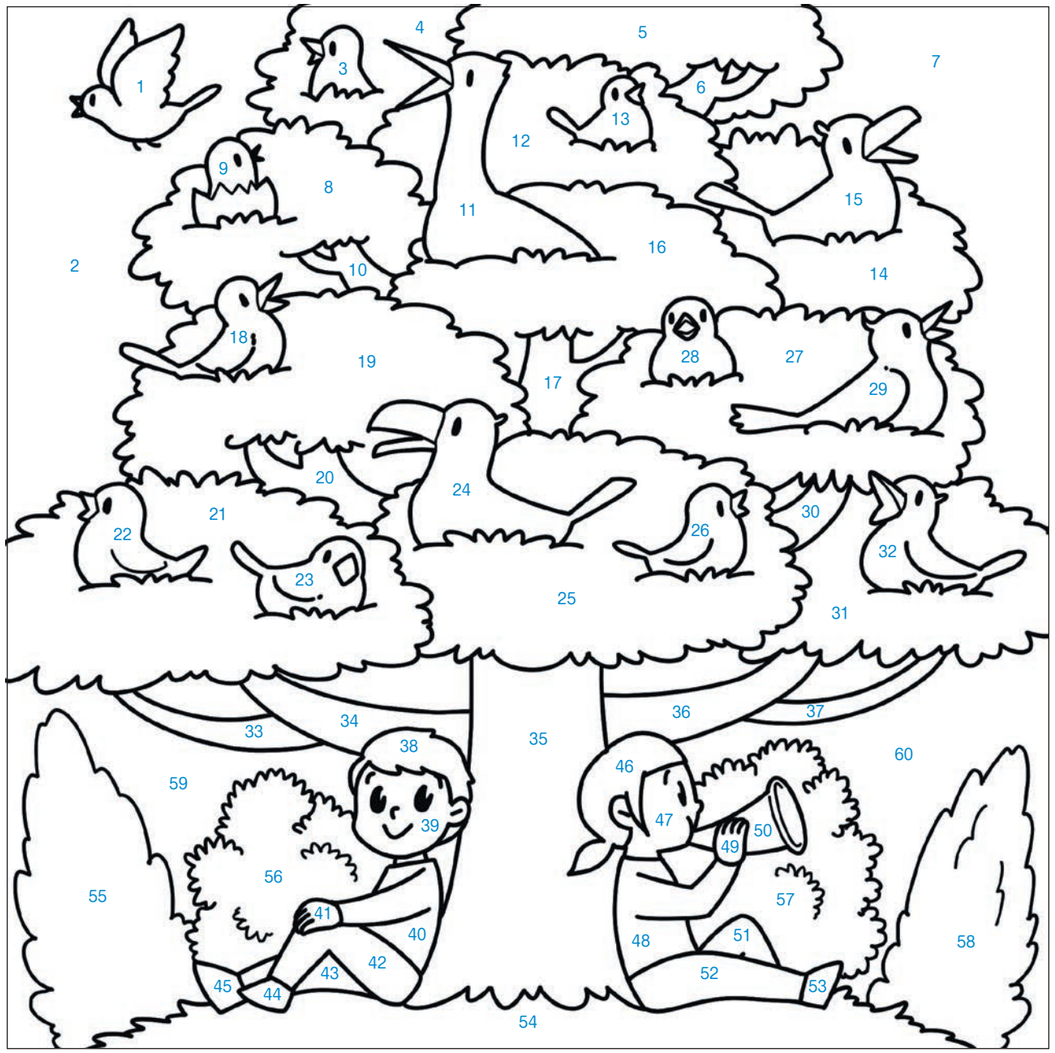
お父さん、お母さんがご記入ください

保険証記号番号　記号 □□□ ― 番号 □□□□□□□　被保険者名前

住所 〒　都・道府・県　市・区町・村

建物名など　電話番号

※記入が終わったら、お父さん・お母さんの記録表と一緒に同じ方法で提出してください。



▶参加してどうだった?
□がんばった　□まあまあ　□がんばらなかった

▶チャレンジは1月からも、つづけられそう?
□できる　□わからない　□できない

記入できたらお父さん・お母さんにわたしてね。

感想をおしえて

お父さんお母さんからひとこと