

何か、体にいいことをしていますか？

名前 _____

パートナーの名前 _____

しゅうかん 習慣	ポイント	パートナーのポ イント
1. あさ、早く起きます	1	
2. 何かスポーツをします	2	
3. 毎日、朝ごはんを食べます	2	
4. 野菜をたくさん食べます	2	
5. フルーツジュースを飲みます	1	
6. よく寝ます	2	
合計	10	

パートナーのけんこう (healthy) ポイント



何か、体にいいことをしていますか？

名前 _____

パートナーの名前 _____

しゅうかん 習慣	ポイント	パートナーのポ イント
1. あさ、早く起きます	1	
2. 何かスポーツをします	2	
3. 毎日、朝ごはんを食べます	2	
4. 野菜をたくさん食べます	2	
5. フルーツジュースを飲みます	1	
6. よく寝ます	2	
合計	10	

パートナーのけんこう (healthy) ポイント

