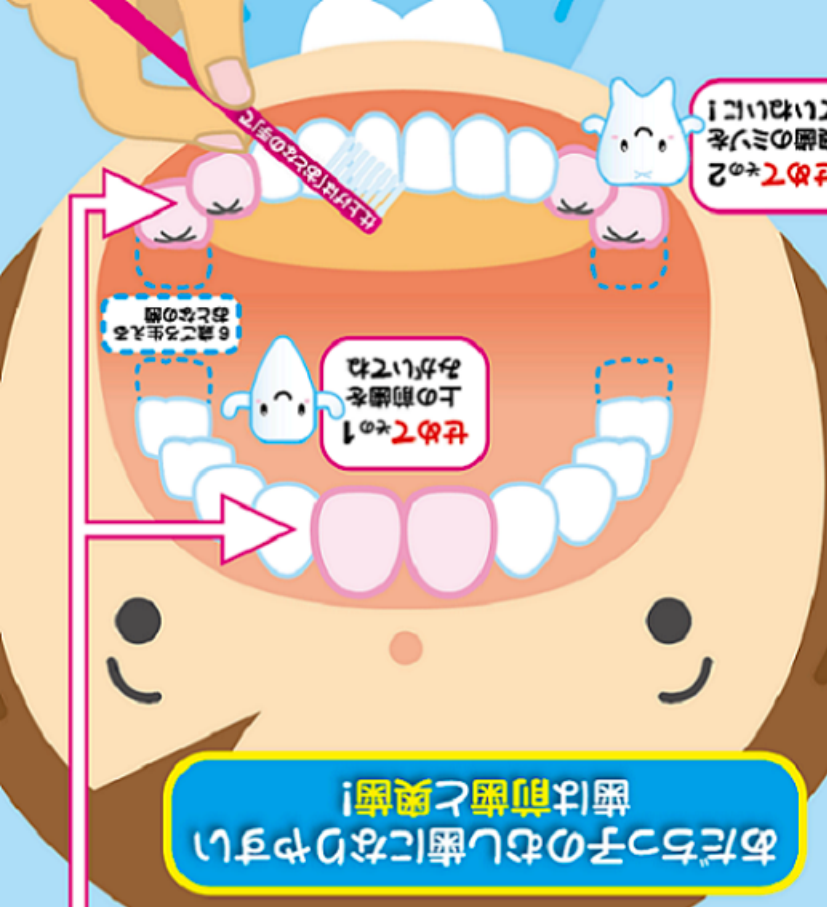




たぐましく 生き抜く力を 育む
子ども家庭部子ども政策課 ☎3880-5266

動画で確認
0~3歳児も
あるが！

仕上げみがき動画
(4~6歳児)
QRコード

保護者の方は、子どもが
はみがきがんばったら
しっかりほめてあげましょう

「あーん」の
おうちで
おくはを10かい
(上下左右)
「いー」の
おうちで
まえはを10かい
(やどし > ちいせ <)
うでかそく)

さいごに
しあげみがき

あだっ子の
「むし歯になりやすい歯」はココ！
せめてココだけは「仕上げみがき」

あだっ子は、たべたら はみがき！

しゅうかん
4 週間
あさ
はやね 朝ごはん
で

おじゃまモンスターをたおせ！！

組
なまえ

才
足立区

野菜
野菜

知ると分かる。
すると変わる。
SDGs MODEL ADACHI



よふかーし



ねーぼ



ごはぬっき



げんきなし

モンスターを
たおすアイテム

きみの せいちょうを じゃまする
モンスターが あらわれた!!!
どうする?

はやね
はやおき
朝ごはん
うんどう

ゲームのルール

シールをあつめて、おじゃまモンスターと、たたかおう！
シールがたくさんあると、モンスターをたおせるよ。

1ステージは1しゅうかん（7にち）。
ぜんぶで4ステージ。がんばろう！！

もくひょう たっせいでシールが はれるよ！



ほうせき
はやね宝石



はやおきコイン



あさ
朝ごはんパワー



うんどうパワー



ステージ1

「はやね」をがんばろう

クリア条件

- 1 はやね^{ほうせき}宝石シール 5まい 
- 2 ほかのシール 5まい    



す 好きな色
いろ
で
ぬってみよう

よふかーし

「とくちょう」

よる おそく になると でてくる。

はやね する子が にがて

HP



こうけい
合計
18 まいで
クリア

こうけい
合計数

1 日目

がつ / にち

2 日目

がつ / にち

3 日目

がつ / にち

4 日目

がつ / にち

5 日目

がつ / にち

6 日目

がつ / にち

7 日目

がつ / にち

はやね ^{まえ ひ} 前日 ^じ 時までにねた

※かぞくのひとと、じかんをきめましょう



5まい ひつよう

はやおき ^じ 時までにおきた

※かぞくのひとと、じかんをきめましょう



あさ
朝ごはん ^{あさ た} 朝ごはんを食べた



うどん

^{ふんいじょうそとあそ}「30分以上外遊び」や
^{うち}「お家のお手伝い」
などでからだを
うごかした



クリアできたらシールをはろう！



ステージ2

「はやおき」をがんばろう

クリア条件

- 1 はやおきコインシール 5まい
- 2 ほかのシール 10まい



ねーぼ

す 好きな色
いろ
で
ぬってみよう

「とくちょう」

いつまでも ねている子が
だいすき

HP



こうけい
合計

15 まいで
クリア

こうけいすう
合計数

1 日目

がつ / にち

2 日目

がつ / にち

3 日目

がつ / にち

4 日目

がつ / にち

5 日目

がつ / にち

6 日目

がつ / にち

7 日目

がつ / にち

はやね

まえ ひ



じ 時までにねた



※かぞくのひとと、じかんをきめましょう

はやおき



じ 時までにおきた



※かぞくのひとと、じかんをきめましょう

5まい ひつよう

あさ
朝ごはん

あさ た

朝ごはんを食べた

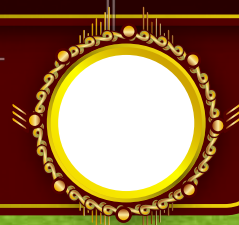


うんどう

ふんいじょうそとあそ
「30分以上外遊び」や
うち
「お家のお手伝い」
などでからだを
うごかした



クリアできたらシールをはろう！



ステージ3

「朝ごはん」を食べよう

クリア条件

- 朝ごはんパワーシール 5まい
- ほかのシール 15まい



好きな色
で
ぬってみよう

ごはぬっき

「とくちょう」

朝ごはんを たべない子の
げんきを なくす

HP



1 日

2 日

3 日

4 日

5 日

6 日

7 日

ごうけい
合計

20 まいで
クリア

ごうけい
合計数

はやね

まえ ひ じ
前の日 時までにねた

※かぞくのひとと、じかんをきめましょう



はやおき

じ
時までに起きた

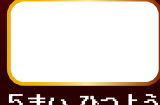
※かぞくのひとと、じかんをきめましょう



朝ごはん

あさ た
朝ごはんを食べた

5まい ひつよう

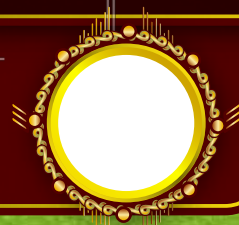


うんどう

ふんいじょうそとあそ
「30分以上外遊び」や
うち
「お家のお手伝い」
などでからだを
うごかした



クリアできたらシールをはろう！



ステージ4

「うんどう」しましょう

クリア条件

- うんどうパワーシール 5まい
- ほかのシール 20まい



げんきなし

「とくちょう」

からだを うごかさな^こい子の
げんきを なくす

す 好きな色
いろ
で
ぬってみよう

HP

こうけい
合計

25 まいで
クリア

こうけい
合計数

1 日目

2 日目

3 日目

4 日目

5 日目

6 日目

7 日目

がつ / にち

がつ / にち

がつ / にち

がつ / にち

がつ / にち

がつ / にち

がつ / にち

はやね

まえ ひ



じ

時までにねた



※かぞくのひとと、じかんをきめましょう

はやおき



じ

時までにおきた



※かぞくのひとと、じかんをきめましょう

あさ
朝ごはん

あさ

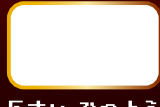
た

朝ごはんを食べた



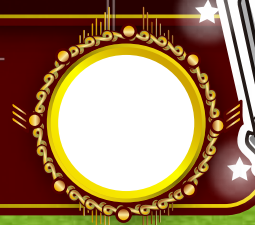
うんどう

ふんいじょうそとあそ
「30分以上外遊び」や
うち
「お家のお手伝い」
などでからだを
うごかした

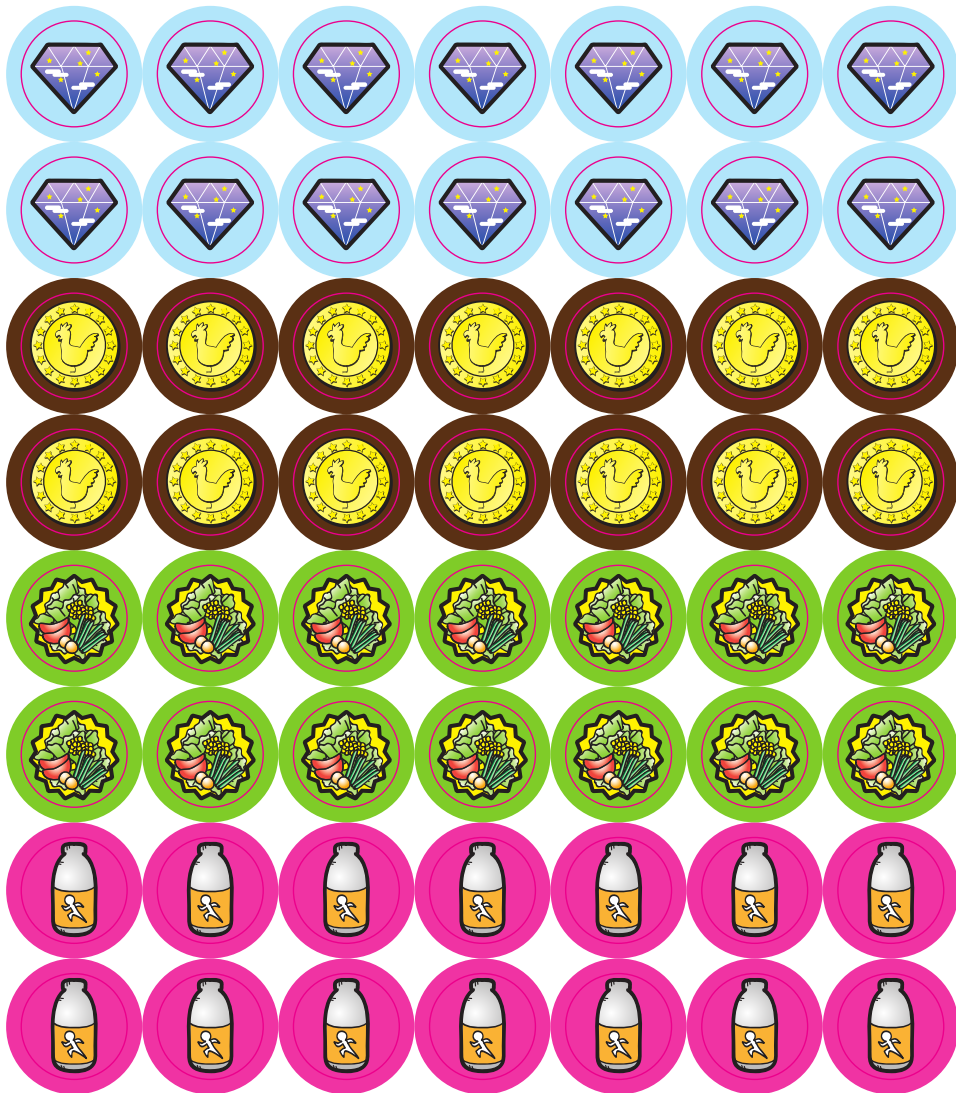


5まい ひつよう

クリアできたらシールをはろう！



おじゃまモンスターをたおせ!! ▼目標が達成できた日にはシールを貼ろう▼



クリアできたら
シールを貼ろう▶

