

# はやね はやおき 朝ごはん

4週間  
しゅうかん  
あさ



おじやまモンスターをたおせ!!



組くみ  
なまえ

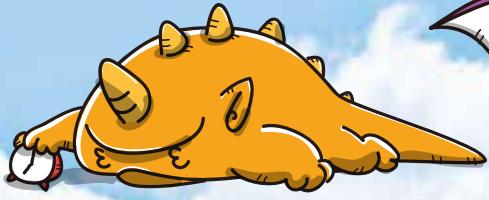
才さい



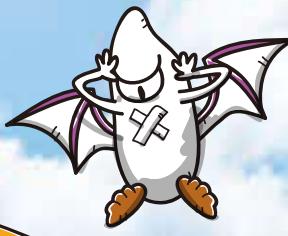
足立区



よふかーし



ねーほ



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 じゅまする  
モンスターが あらわれた！！！  
どうする？

はやね  
はやおき  
あさ  
朝ごはん  
うんどう

## ゲームのルール

シールをあつめて、おじやまモンスターと、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 たつせいで シールが はれるよ！



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



す  
好きな色  
で  
ぬってみよう

よふかーし

HP



クリア条件

1 はやね宝石シール 5まい

2 ほかのシール 5まい

「とくちょう」

よる おそく なると でてくる。  
はやね する子が にがて

はやね 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

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

はやおき 時までにおきた

※かぞくのひとと、じかんをきめましょう

がつ / にち

ごうけい  
合計  
10まいで  
クリア

ごうけいすう  
合計数

5まい ひつよう

朝ごはん 朝ごはんを食べた

がつ / にち

うんどう 「30分以上外遊び」や  
「お家のお手伝い」  
などでからだを  
うごかした

がつ / にち



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



ねーほ

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



はやね

まえ ひ 前の日



じ 時までにねた

1日目

2日目

3日目

4日目

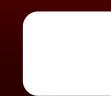
5日目

6日目

7日目

がつ  
/ にち

※かぞくのひとと、じかんをきめましょう



はやおき

まえ ひ 前の日



じ 時までにおきた



5まい ひつよう

朝ごはん

あさ 朝ごはんを食べた

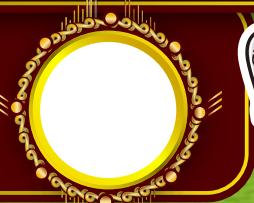


うんどう

ぶんいじょうそとあそ  
「30分以上外遊び」や  
うち てつだ  
「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！



ごうけい  
合計  
15まいで  
クリア

ごうけいすう  
合計数

ステージ3  
「朝ごはん」をたべよう

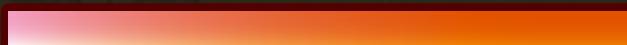
クリア条件

- 1 朝ごはんパワーシール 5まい   
2 ほかのシール 15まい 



「とくちょう」  
朝ごはんを たべない子の  
げんきを なくす

HP



はやね 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

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

はやおき 時までにおきた

※かぞくのひとと、じかんをきめましょう

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

朝ごはん 朝ごはんを食べた

※かぞくのひとと、じかんをきめましょう

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

うんどう 「30分以上外遊び」や  
「お家のお手伝い」  
などでからだを  
うごかした

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

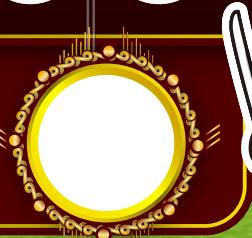
がつ/にち

ごうけい  
合計  
28まいで  
クリア

ごうけいすう  
合計数



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

1 うんどうパワーシール 5まい

2 ほかのシール 20まい



すきな色  
で  
ぬってみよう

HP



げんきなし

「とくちょう」

からだを うごかさない子の  
げんきを なくす

はやね 前の日

※かぞくのひとと、じかんをきめましょう

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

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

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

朝ごはん

あさ 朝ごはんを食べた

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

うんどう

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

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

5まい ひつよう



クリアできたらシールをはろう！



ごうけい  
合計  
25まいで  
クリア

ごうけいすう  
合計数

# あだちっ子は、たべたら はみがき！

あだちっ子の  
「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」

さいしょはじぶんで

「あーん」の

おくちで

おくばを10かい  
(上下左右)



さいごに  
しあげみがき



「いー」の

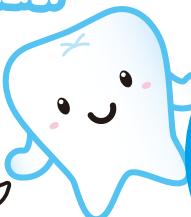
おくちで

まえばを10かい  
(やさしく ちいさく  
うごかそう)



保護者の方は、子どもが  
はみがきをがんばったら  
しっかりほめてあげましょう

輪で確認



仕上げみがき動画  
(4~6歳編)

あだちっ子のむし歯になりやすい  
歯は前歯と奥歯！

せめてその1  
上の前歯を  
みがいてね

6歳ごろ生える  
おとなの歯

せめてその2  
奥歯のミゾを  
ていねいに！

仕上げば「おとなの手」で

# 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▶

