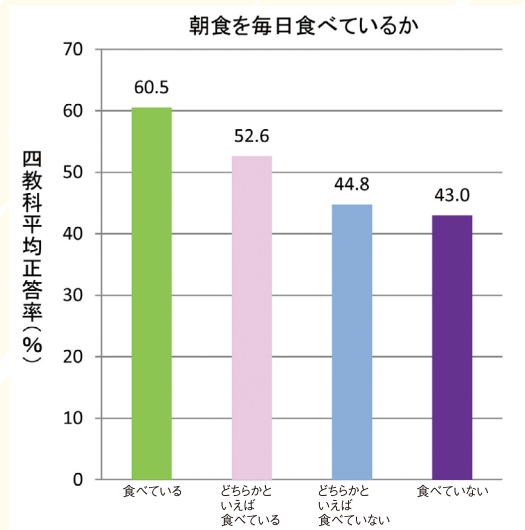


生活リズムを
整えよう。

一日のスタートを大切に

早寝・早起き・朝ごはん等の規則正しい生活習慣やテレビ・ゲーム等のルールづくり、読書習慣や家庭学習習慣の定着など、生活リズムの向上を図りましょう!特に、“一日”のスタートは朝ごはん・気持ちの良いあいさつからスタートしましょう!

生活実態と学力の関係



みんな一緒に
生活リズム向上



岡山県「ぽっちりモグモグ」
生活リズム向上マスコットキャラクター

平成23年度 岡山県学力・学習状況調査結果より作成

**チャレンジ・カードを使って
生活リズムアップ!!**



HPでダウンロードできるよ。

もぐもぐチャレンジカード [検索](#)