

そうだ、やっぱり 早起き・早寝!

改善しよう! 子どもたちの生活リズム

基本的な生活習慣が身についていると、学校生活にも円滑に対応できます。

小学校に入学する準備の一つとして、お子さんの生活リズムを見直してみませんか。正しい生活リズムが、新1年生を元気にします。

生活リズム
チェック

