

けんこうチェックカード








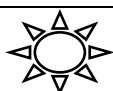






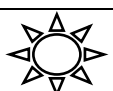






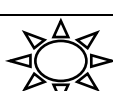






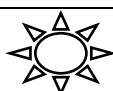






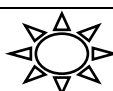

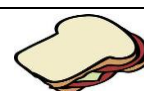











☆一日二回、朝と夕に忘れずに検温しましょう。

☆寝る前に一日一回、お子さんと今日を振り返ってみましょう。

☆歯みがきは、始めはお子さんが行い、大人が仕上げみがきをしてあげましょう。

☆うんちは健康状態の目安となります。うんちの状態をチェックして下さい。

☆「にこにこマーク」は、一日の終わりに好きなシールを貼ったり、花丸を描いたりしましょう。

	おきた じこく	たいおん	あさごはん	はみがき	うんち	たいおん	ねる じこく	にこにこマーク
/ (げつ)								
:		℃	食べた 食べていない	した していない	でた でていない	℃	:	
/ (か)								
:		℃	食べた 食べていない	した していない	でた でていない	℃	:	
/ (すい)								
:		℃	食べた 食べていない	した していない	でた でていない	℃	:	
/ (もく)								
:		℃	食べた 食べていない	した していない	でた でていない	℃	:	
/ (きん)								
:		℃	食べた 食べていない	した していない	でた でていない	℃	:	
/ (ど)								
:		℃	食べた 食べていない	した していない	でた でていない	℃	:	
/ (にち)								
:		℃	食べた 食べていない	した していない	でた でていない	℃	:	