

おこさまへ ～まいにちの すごしかた～



♪ きまった じかん に おきましょう。「おはようございます。」

きょう  
今日はなんじに おきたかな。ながい はりは？ みじかい はりは？

♪ おきたら、きがえましょう。かおを あらいましょう。

♪ あさごはん！ ＊て あらい、うがいをわすれずに！

「いただきます。」「ごちそうさまでした。」



♪ おうちのひとと きょうの すごしかたを きめましょう。

♪ ごぜんちゅう

きょうは どんな はっけんが あるかな？

つかった どうぐ は きまったところに かたづけ しましょう。

♪ おひるごはん！ ＊てあらい、うがいをわすれずに！

「いただきます。」「ごちそうさまでした！」



♪ ごご 「こんにちは！」

ごぜんちゅうの つづきをしてもよいですし、ちがったことに  
ちょうせんしても よいですね。たのしいことを みつけましょう。

つかった どうぐ は きまったところに かたづけ しましょう。

♪ よるごはん！ ＊てあらい、うがいをわすれずに！

「いただきます」「ごちそうさまでした」



♪ きょうも いちにち げんきに すごせました！

「おやすみなさい。」



★ おふろで じょうずに あらえたかな？

★ はみがき できたかな？

★ あたらしいこと、たのしいこと、いくつあったかな？

あした も げんき に すごしましょう！