

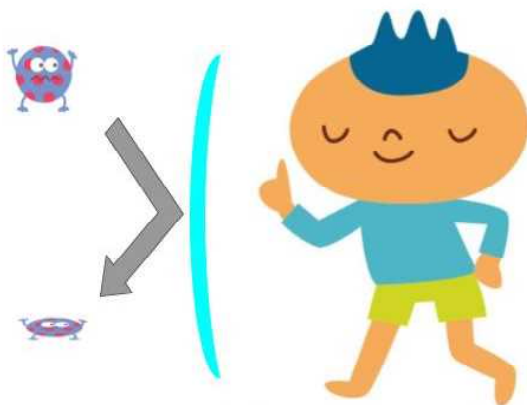
# コロナウイルスにまけないぞ

自分のからだを強くしよう！



- 楽しいことをすると、体が元気になるよ。
- 運動をすると、体が強くなるよ。
- 栄養をたっぷり取ると、体が元気になるよ。
- しっかり眠ると、病気に負けない体になるよ

ウイルスは、あっちに行って！



マスク・手洗い

- 上手にマスクをつけると、ウイルスが体に入ってこられないよ。
- ていねいに手を洗うと、ウイルスが流れていくよ。

子育てカウンセリング  
リソースポート

<https://www.resource-port.net/>



印刷、ファイルでの配布・再配布などご自由にお使いください。