





東っ子 1日のすごし方モデル

7時	9時	11時	12時	1時	2時	5時	6時	7時	9時～
		きょうしつ				おてしだい			
あさのようい	学習		おひる ごはん	うんどう	どくしょ さんぽ 学習 など		よる ごはん	お風呂	ねる

1. はやね 2. はやおき 3. あさごはん

げんき がっこう こ ひ じぶん からだ じぶん
元気に学校に来れる日まで、自分の体は自分でととのえましょう！

がくしゅう じぶん
学校での学習ができないあいだは、自分ですすめてがんばってくださいね！

さいかい
再開されたら、みんなで学習しましょう！