

# 早寝・早起きしんぼー

1月17日(月)～21日(金)は、『早寝・早起き週間』です。  
4年生～6年生の目標は、

「10時までに寝る」・「7時までに起きる」

ことです。早寝・早起きをがんばって、きれいな虹を完成させよう!!



## はやね☆はやおき


みんなで きれいな にじを つくろう!



わたしのかんそう

	きのう 寝た時間	けさ 起きた時間	シールの数	
1月17日(月)	<b>10時まで</b> 10時～11時 11時～12時 12時よりおそい	<b>6時まで</b> <b>6時半～7時</b> 7時半～8時	<b>6時～6時半</b> 7時～7時半 8時よりおそい	枚
1月18日(火)	<b>10時まで</b> 10時～11時 11時～12時 12時よりおそい	<b>6時まで</b> <b>6時半～7時</b> 7時半～8時	<b>6時～6時半</b> 7時～7時半 8時よりおそい	枚
1月19日(水)	<b>10時まで</b> 10時～11時 11時～12時 12時よりおそい	<b>6時まで</b> <b>6時半～7時</b> 7時半～8時	<b>6時～6時半</b> 7時～7時半 8時よりおそい	枚
1月20日(木)	<b>10時まで</b> 10時～11時 11時～12時 12時よりおそい	<b>6時まで</b> <b>6時半～7時</b> 7時半～8時	<b>6時～6時半</b> 7時～7時半 8時よりおそい	枚
1月21日(金)	<b>10時まで</b> 10時～11時 11時～12時 12時よりおそい	<b>6時まで</b> <b>6時半～7時</b> 7時半～8時	<b>6時～6時半</b> 7時～7時半 8時よりおそい	枚

「早寝・早起き」ができるとシールを**2枚**、どちらか**1つ**ができるとシール**1枚**もらえるよ!!

朝は自分で起きよう 

おうちのひとから はげましのことば