

# やまもとのこども 3つのやくそく

まいにち じぶん ゆめ  
～毎日しっかりとりくんで 自分の夢をかなえましょう！～

## ただ せいかつ きそく正しい生活

- はや 早ね・はや 早おき。  
きまった時じこく  
にはねましよう。  
(おそくても9時じまで)
- あさごはんを  
しっかり  
たべましよう。

## がくしゅう かてい学習

- まいにち 毎日きまった時じこく  
にとりくみましよう。  

<small>ねん</small>	<small>ぶん</small>
1年	= 10～20分
<small>ねん</small>	<small>ぶん</small>
2年	= 20～30分
<small>ねん</small>	<small>ぶん</small>
3年	= 30～40分



## ゲーム・スマホなどのやくそく

- じ かん 1時間まで。  
よる 夜7時じまでには  
やめましよう。



みなさんのだれでも げんき 元気を出して しんぼう がんばり強く すじみち すじみちを立ててやりとおせば  
どんなことでも きつ しっかりとっぱになしとげることができます

やまもと ちょうめい ちょう じん 山元町名譽町民「しが 志賀 きよし 潔 はくし 博士」の言葉

しやが けん 志賀 潔 博士：細菌学者。宮城の生まれ。赤痢菌を発見。昭和19年文化勲章受章。晩年を山元町ですごす。

やまもと ちょう ぎやう いく い いん かい  
山元町教育委員会

な  
ま  
え