健康生活



島心樂酒

完紊成注學學習工學沒請注家學長業簽業名是,都沒有求做學到沒的沒,準學時产交業給於班沒級些健學康乳小學 天氣使产,可學參詢加學模學彩練

	<u></u> 3 ,	班第		姓云名:			
項話目%	護⊊眼尋 3010	課፮後⊊ 30 少≨	下示課系 到為室が外系	累ኞ計點運場動落 1 小凝時√	喝&足&白& 開\$ <u>Z</u> K&	蔬ζ菜៛ 吃ォ光▮光▮	餐;後來睡ķ前;
日歌期於	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\		\$\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	3			
4月1日 星期一	\odot	\odot	Ö	\odot	\odot	\odot	\odot
4月2日 星期二	\odot	\odot	Ö	\odot	\odot	\odot	\odot
4月3日 星期三	\odot	\odot	Ö	\odot	\odot	\odot	\odot
4月4日 星期四	\odot	\odot	戸外 120	\odot	\odot	\odot	\odot
4月5日 星期五	\odot	\odot	戸外 120	\odot	\odot	\odot	<u></u>
4月6日 星期六	\odot	\odot	戸外 120	\odot	\odot	\odot	\odot
4月7日 星期日	\odot	\odot	戶外 120	\odot	\odot	\odot	\odot

家學長紫簽菜章業:

健學康是生活活象 身际心质樂學活象 紀山銀泰單鄉說於明治:

學與校發推夠動െ,健學康發促逐進學活象動劑,希望到同學學與們的能認落瀏實的在學平學目的創生經過經生, 養症成沒良證好家的證件沒活象習些慣緣。

★活發動終日♥期≤ : 4/1(—)~4/7(日)。

★紀≒録※方ぇ式ァ說§明計:

- 1.護氣眼球 3010: 當準天業都沒有求做學到多,可學將是 ② 塗浆滿品。
- 2.課發後2 30 少於於4 1: 當2天音課發後來使产用些電音腦2、手索機4、平音板3、
 - 電影視点遊客樂學器子小學於中1八學時点,可學將是 ② 塗浆滿品。
- 3.下京課系到於室产外於(離2開系教養室产): 達於成於可容將是一〇 塗物滿足
 - ◆在學學校學時代間,,每學節學下學課學至學小學離學開發教學室於5分學鐘變
 - ◆假集日®時点,每級天業有家達物到逐戶家外發時点間景(離2開發室所內的)120分系鐘差
- 4.累於計學運動象 1 小學時才: 達於成逐運時動於 1 小學時才, 可逐將是 ② 塗裝滿頭
- 5. **尼华 一种 开系水系:** 先点計点算象由于己点需证要家园 的 自身用家水系量家,

體本重素每次公營斤景喝區水學量影 3000, 有文做區到家可區將景 ② 塗泉滿泉

杯子水壺容量參考









250 c.c.馬克杯

500 c.c.保溫瓶

600 c.c.瓶裝礦泉水

700c.c 以上水壺

6.**蔬菜菜茅吃+光量光量:**「學學校學午米餐+蔬菜菜+有家吃+一-拳學中。」或是是

「假造日町午水/脫資餐業蔬菜菜素至业少家吃煮一一拳等生活」,

□疫將┆(ὑ) 塗菸滿身。(以一白水己炒拳៌與於大剂小疫為於基準數)

潔量牙7,可逐將是 (*) 塗蒸滿品

★ 獎売勵之方記式:

1.本学張業「紀世録楽單等」 有求做發到整整滿點 ② ② 45 格約以一上到目前有求家等長整簽章等

4/10(三)中對午來前於交景給於班等上於健園康至小於天意使产。

- 2.健素康乳小素天素使产確疑認品後系發尿給系榮恩譽中點影數於 5 點影貼業條業作業為系獎表勵之。
- 3.健素康素小素天素使产協量助类投资入界模品彩源箱盖,由家校素長差主类任品公务開業抽象类與产頒業獎品。
- 4. 班 3 級 4 参 5 加 7 獎 2 : 每 5 班 3 完 6 成 2 人 5 數 5 比 5 率 8 達 7 到 8 80% 、 90% 、 100% ,

蓋紫班等級上榮譽山樹泰3、4、5格等。