

渥美半島

秋アクションウィーク

～ 生活習慣を家族で見直し、絆を深める一週間～

実施期間：11月13日(月)～17日(金)

NO! テレビ

NO! ゲーム

みんなで挑戦!

合言葉

スイッチ OFF! ○○ START!

- ・生活習慣や心と体の健康を!
- ・テレビとゲームの時間の見直しを!
- ・長い夜の時間に家族で団らんを!
- ・早寝早起き、朝ごはんて1日エネルギーチャージを!



○○家のめあて