

ちりゅっぴの健康すごろく

げんき元気をGET!

ちりゅうし 知立市

すごろくのおそびかた

- すきなちりゅっぴのコマをえらんでゲームスタート!
- サイコロをふってでた目の数だけコマをすすめ、止まったマスにかかれていた内容にします。
- 「クイズ」のマスではクイズカードを1まいひき、クイズにこたえよう!
- 1番さいしょにゴールした人の勝ちです。

このすごろくは大家製菓株式会社と連携協定に基づき、健康づくりの推進の一環で、共同で作成しています。

早寝・早起き・朝ごはん

- 元気なスタートは朝ごはんから!
- ごはん・パン+おかず ▶ 3すすむ
 - ごはん・パン+のみもの ▶ 2すすむ
 - ごはん・パン ▶ 2すすむ
 - 食べなかった ▶ 1マス戻る



はみがきを毎日しなくて虫歯になった

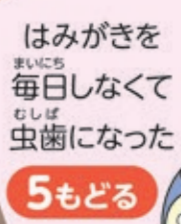
5もどる

かきつばたの花を見ていやされる

5すすむ

ミニバスのついたら反対方向へ

3もどる



バナナうちで絶対好調

クイズ

花しょうぶを見ていやされる

4すすむ

クイズ

家族で知立の特産品「あんまき」を食べてほっこり

1回休み



ユネスコ無形文化遺産 知立の山車文楽とからくり



「いただきます」とあいさつをいえた

3すすむ

スタート 保健センター



バランスの良い朝ごはんを食べよう



エレベーターより階段をつかった

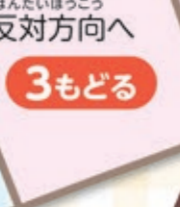
3すすむ



クイズ

ごはんのお手伝いをした

2すすむ

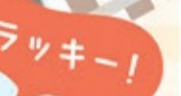


クイズ

三河八橋駅

ラッキー!

電車によって「三河知立駅」へ



ゴール 市役所



クイズ

道にまよった

5もどる



クイズ

サイコロをふりだてた数だけ戻る

ペンチ!



遅く寝たので体がつかれる

ペンチ!



クイズ

牛田駅

ペンチ!

電車によって「知立駅」に戻る

クイズ

ラッキー!

ミニバスがちょうどきた

「八橋かきつばた園」まですすむ



お菓子の食べすぎでお腹が痛い

4もどる

みんなストップ

知立駅

次にでたサイコロの目の方でた目の数だけすすむ

右どりの人とジャンケン!

勝ったら 3すすむ

負けたら 3もどる

左どりの人とジャンケン!

勝ったら 3すすむ

負けたらその人と場所を入れ替える

食まるファイブ 全員いえたら

3すすむ

食まるファイブ 全員いえたら

3すすむ

アイスクリームを食べすぎてお腹が痛い

1回休み



食まるファイブ

5色がそろって体にいいね!

ゲームのしすぎで目がつかれる

3もどる

ゲームやスマホは1日1時間まで!!

ゲームやスマホを使いすぎてあたまがクラクラ...

4もどる

「パタ・カラ」を10回いってみよう!!

みんなで一緒にパタカラ体操

朝ごはんしっかり食べてテストで100点ほめられる

3すすむ

友達に悩みを相談して気分スッキリ!

4すすむ

ラッキー!

毎月19日は食育の日

1+9=10

10すすむ

クイズ

クイズ

クイズ

クイズ

クイズ

クイズ

クイズ

クイズ