



令和 8 年度健康ポスター募集案内

1. 対象

市内在住の小学生

2. 様式

画用紙サイズ八つ切り(270 mm×380 mm)以内

縦横は自由(立体は不可)

裏面に学校名・学年・氏名を記入

3. 健康ポスターのテーマ・キャッチコピー

ポスターのテーマを読みましょう。下からキャッチコピーを選んでポスターを作りましょう。

本紙に書いていないテーマやキャッチコピーの作品でも、こころや体の健康に関するものであれば、応募ができます。

テーマ 生活習慣でこころも体も元気に

毎日の生活には、こころと体を元気にするヒントがたくさんあります。

- 動く・食べる・眠る…こころと体を元気にする基本
- 早寝早起き朝ごはん…生活リズムが整うと、勉強も遊びも集中しやすくなる
- 毎日少し体を動かす…気分転換にもなる
- ネットやゲームの時間…使う時間を決めて、上手につきあおう
- 歯みがき…自分の歯を守ることも大切

できることから始めれば大丈夫です。小さな習慣が元気なこころと体を作ります。

キャッチコピー

- ① うご た ねむ からだ ちょうし ととの
動く・食べる・眠るで 体の調子を整えよう
- ② まいにち せいかつ じぶん からだ たいせつ
毎日の生活で自分の体を大切に
- ③ はやね はやお あさ せいかつ ととの
早寝・早起き・朝ごはんで生活リズムを整えよう
- ④ できることから はじ げんきしゅうかん
できるところから始めよう 元気習慣
- ⑤ ぐっすり寝て ね あす じぶん
ぐっすり寝て明日の自分をパワーアップ
- ⑥ からだ うご
体を動かすと 心もニコニコ
- ⑦ ネットと上 じょうず
ネットと上手につきあおう
- ⑧ まいにち は じぶん は まも
毎日の歯みがきで自分の歯を守ろう

(例) キャッチコピーのつか^{つか}いかた^{れい}の例

ポスターをえが^{えが}くときに、キャッチコピーをつか^{つか}って文字をもじ^{もじ}ります。

うごく・食べる・ねむるで
からだのちょうしをここのえよう

