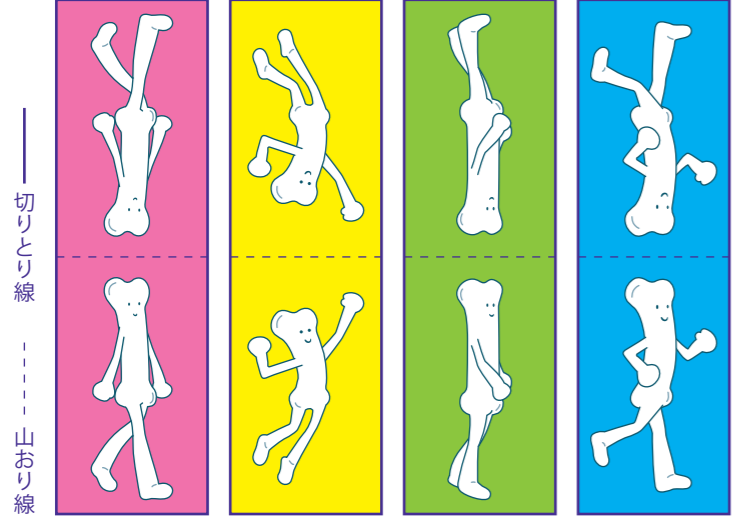


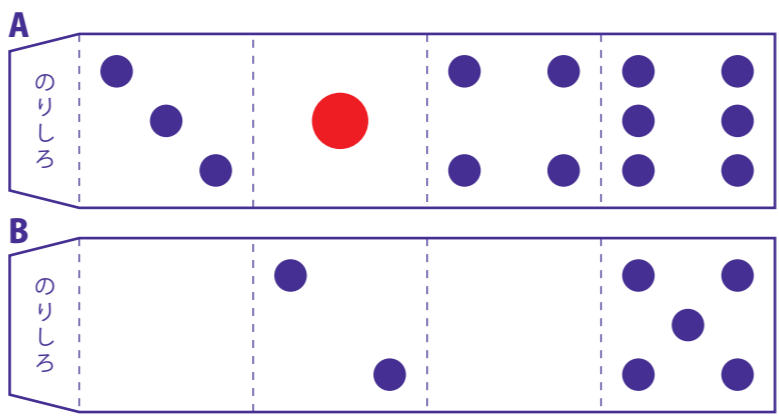
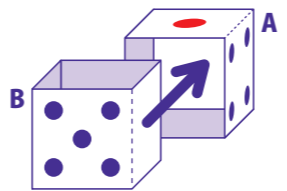
コマの作り方

切りとり線で切りぬき、山おり線でお目をつけたら完成です。



サイコロの作り方

AとBを切りとり線で切りぬき、山おり線でお目をつけ、それぞれをのりしろでのりつけて輪をつくります。Aの輪の中にBの輪をはめたら完成です。



スタート

古い骨をとがすゾーン!

夜ふかして眠れなくなった...
1回やすみ

カルシウムが
多くとれる食品を
チェック!

今日は何を食べたかな?
カルシウムチェック!!



Q:カルシウムを含む食事を...

食べた! **2マスすすむ**
食べてない **1回やすみ**

牛乳を飲んで
パワーアップ!
3マスすすむ

骨の健康に
カルシウムは大切!
ちゃんと食べよう



運動タイム
スキーターンホッピングを
4回やって骨を鍛えよう!



パワーアップしたので **2マスすすむ**

新しい骨をつくるゾーン!

運動タイム
ドロップキャッチを
4回やって骨を鍛えよう!



パワーアップしたので **2マスすすむ**

ゴール

かたよった食事
でカルシウム不足
1回やすみ

牛乳を飲んで
パワーアップ!!
3マスすすむ

日光浴をして
パワーアップ!!
2マスすすむ

骨の成長をまなボーン!



声にだして読もう!!

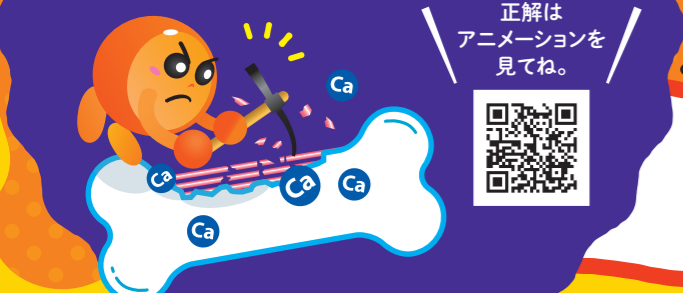
骨の成長をまなボーン!



声にだして読もう!!

ちょっとむずかしいクイズタイム

問題
はこつさいぼう
破骨細胞が古い骨をこわすことを
何というでしょう?



詳しくは
裏面を読んで
まなボーン!

牛乳には「MBP®」が
入っているよ
MBP®は、牛乳の中に
ちょっとだけ入っている
とってもたいせつな
たんぱく質なんだ。



同じポーズを
きめよう!

ヨーグルトを
食べて
パワーアップ!!
3マスすすむ

じゃんけんタイム
みんなで
じゃんけんをしよう!

勝ち残った人 **2マスすすむ**
負けた人全員 **2マスもどる**