家庭科より

長い休校が続いてますが、規則正しい生活はできていますか？

家にいる時間が長いこの時期しかできないことに挑戦してみてはどうでしょうか。

家庭科の立場から次のことを提案します。

① 晴れの日には布団を干し、シーツやカバーを洗濯

② プチ大掃除

春から初夏は風呂場や窓など大掃除に適しています。

③ 食事を3日連続で作ってみよう。（昼食3日連続など）

Stay Home 🏠 現在、あなたが家でできること

家族の役に立つことを見つけて実行しましょう。