

班級健康生活守則

六年3班 導師：陳毓容

- 一. 每天運動 30 分鐘。
- 二. 天天吃早餐。
- 三. 多喝白開水。
- 四. 每天睡足 8 小時。
- 五. 天天五蔬果。

