

ぼく、わたしの リラックス方法 おしえます！



みんなのカードを揃えてみよう！
残ったカードもあそぼう！
心が「あつまる」方法！
やってみよう！と書いたものはあつめたか？
リラックスの時間を楽しみに取り入れてみよう！
きつとしたいことがあるよ！

先生たちの
リラックス方法

Teacher relaxation methods section featuring a grid of colorful sticky notes with handwritten notes and drawings. A blue speech bubble on the left contains the text: "先生たちのリラックス方法".

Student relaxation methods section featuring a grid of colorful sticky notes with drawings and text. A small white note is attached to the top right of the grid.