

























せいかつリズムチェック NO. 2(1・2・3ねん)

ねん くみ なまえ()

「めあてを
えらぼう」

あさごはんを
たべる／
はみがきをする

ウサギ マーク				5月8日 (金)	5月9日 (土)	5月10日 (日)	5月11日 (月)	5月12日 (火)	5月13日 (水)	5月14日 (木)
せい かつ										
おきた じこく	7時まで	7じ30ぷん まで	7じ30ぷん よりおそい	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :	おきたじこくをかく。 :
あ さ ご はん	しっかり たべた	すこしだけ たべた	たべな かった							
は み が き	あさとよる みがいた	よるまたは あさだけ みがいた	みがかな かった							
うんち	おはよう うんち	こんにちは うんち こんばんは うんち	ぜんぜん でなかった							
うんちの ようす	バナナ・かたい(ころころ)やわらかい・ べちゃべちゃ									
ねた じこく	9じまでに ねた	10じまでに ねた	10じより おそくねた	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :	ねたじこくをかく。 :

■ふりかえり■

- ・どちらのめあてを えらびましたか？ (あさごはん ・ はみがき)
- ・つぎにがんばりたいのは どんなことですか？ ○をつけてください。

はやおき あさごはんをたべる はみがき うんちをだす はやくねる

うんどう おてつだい てあらい そのほか ()

■おうちのひとからひとこと■

(この1週間を振り返って、励ましのメッセージなど)