




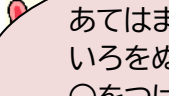
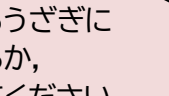













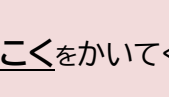
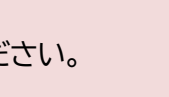




せいかつリズムチェック NO. 3(1・2・3ねん)

ねん くみ なまえ(

かきかた みほん

へめあてくく(9じ0ふん)までにねよう。

ウサギ マーク				5月15日 (金)	5月16日 (土)	5月17日 (日)	5月18日 (月)	5月19日 (火)	5月20日 (水)	5月21日 (木)
せい かつ										
おきた じこく	7じまで	7じ30ふん まで	7じ30ふん よりおそい	おきたじこくをかく。 7:10	おきたじこくをかく。 7:10	おきたじこくをかく。 7:20	おきたじこくをかく。 7:00	おきたじこくをかく。 7:00	おきたじこくをかく。 7:00	おきたじこくをかく。 7:00
あさご はん	しっかり たべた	すこしだけ	たべな かった							
はみ	なんじまでに ねるか じぶんで がんばりもくひょうを きめてください。									
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			バナナ	ころころ					バナナ
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。 9:10	ねたじこくをかく。 9:00	ねたじこくをかく。 9:00	ねたじこくをかく。 9:00	ねたじこくをかく。 9:00	ねたじこくをかく。 9:00	ねたじこくをかく。 9:00

おきたじかんを かいてください。

めざしたいじこくは、7じです。

あてはまるうさぎに
いろをぬるか、
○をつけてください。

ねたじこくをかいてください。

めざしたいじこくは、
1～3ねんせい は9じ、
4～6ねんせいは10じまで です。

■ふりかえり■

・もくひょうのじかんまでに ねるじゅんぴは できましたか？○をつけてください。

(できた ・ だいたいできた ・ あまりできなかった ・ できなかった)

・あさは きもちよく おきられましたか？ ○をつけてください。

(おきられた ・ だいたいおきられた ・ あまりおきられなかった ・ おきられなかった)

■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)

1週間が終わりましたら、
子どもの様子や子どもへのはげま
しの言葉・アドバイスなどを記入
してください。(提出は不要です)