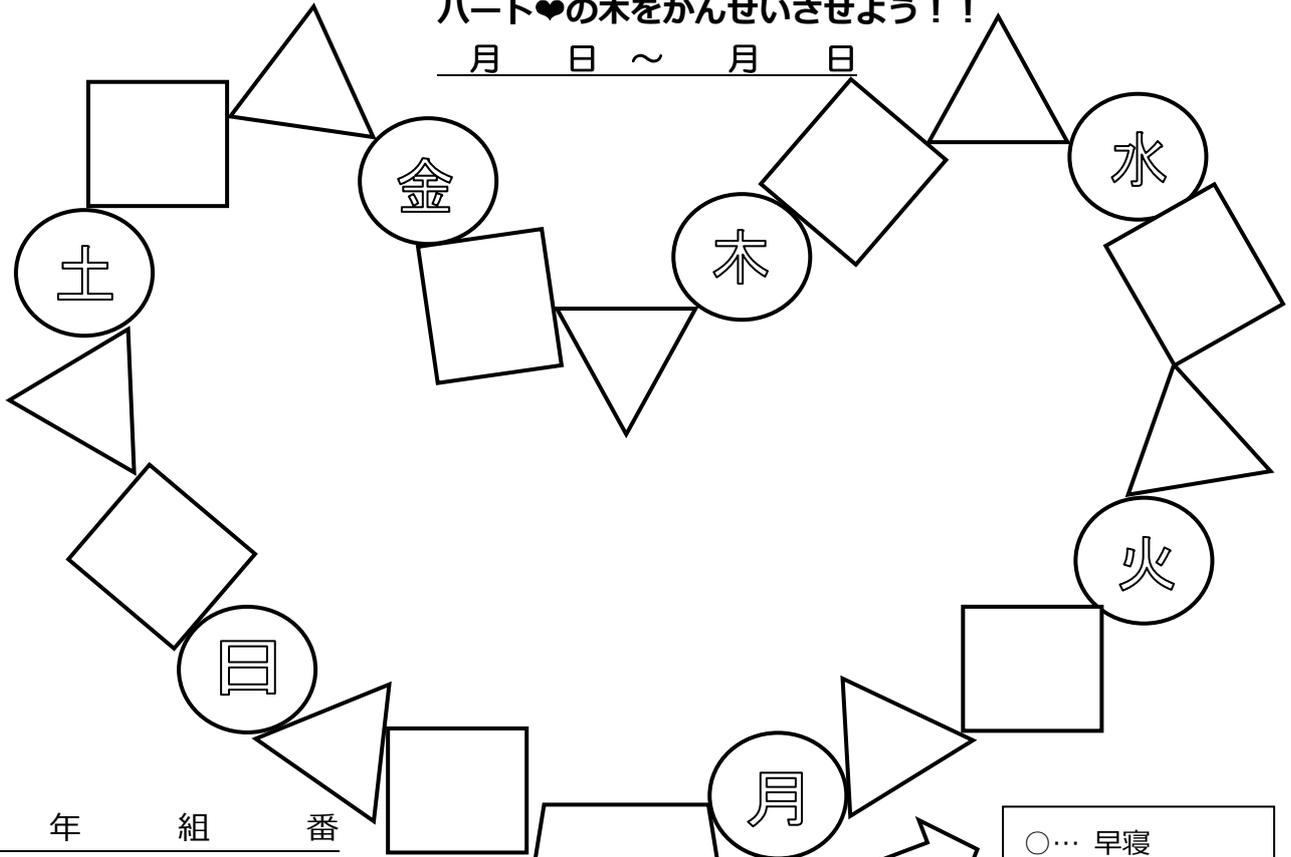


「早寝・早起き・朝ごはん」にとりくんで下の○・△・□にいろをぬっていこう！！

ハート♥の木をかんせいさせよう！！

月 日 ～ 月 日



年 組 番

名前

先生より

スタート

- … 早寝
 - △… 早起き
 - … 朝ごはん
- できたところに色をぬりましょう。

【1週間をふりかえろう】ぬることができたか？

こ

【19こ～21こ (ぜんぶ)】

しっかりと早寝・早起き・朝ごはんのしゅうかんができています。これからもけいぞくしていきましょう。

【8こ～14こ】

早寝・早起き・朝ごはんのしゅうかんがだいたいできています。より生活のリズムをととのえるように心がけていきましょう。

【15こ～18こ】

早寝・早起き・朝ごはんのしゅうかんができつつあります。このままけいぞくしていきましょう。

【0～7こ】

早寝・早起き・朝ごはんのしゅうかんが身についていないようです。自分の生活をみなおしてかいぜんにつとめましょう。

〈ふりかえってきづいたことは？〉

〈ほごしゃのかたより〉

