

チェックシート

へいせい ねん ど しょうがくせいばん
平成27年度・小学生版

() 小学校 () 年 () 組 名前 ()

このチェックシートを使って、本に親しんだり、運動をしたり、規則正しい生活習慣を身につけよう。

ファミリー読書day!

- ① テレビやゲームなどのスイッチを切る。
- ② 家庭で大人といっしょに本を読む。
- ③ 本のことについて、おうちの人と話をする。
- ★ 実行する日を、家で話し合っ決めてよう。

生活習慣をチェック!

- ★ 起きる時間やねる時間など家で話し合っ決めてよう。
- ★ できたら○、できなかったら×をつけよう。

ファミリー読書day



◎ 家で話し合っ決めて
白と時間を決めよう。
〈例〉・〇月△日の
〇時～△時
・毎週〇曜日の
〇時～△時



三重県教育委員会
マスコットキャラクター
みえびい

日付	／	／	／	／	／	／	／
項目	／	／	／	／	／	／	／
□時□分に起きる	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
朝ごはんを食べる	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
テレビを見る・ ゲームをする時間 □以内	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
運動をする	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
本を読む	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
□時□分にねる	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗
約束 例：家の手伝いをす る。食べ物の好き嫌 いをしない。など	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗	⊗

おうちの人からのひとこと

※チェック項目等については、平成26年度全国学力・学習状況調査結果や平成26年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえて作成しました。
※この用紙は、「みえの学力向上県民運動」ホームページよりダウンロードできます。

