

() 小学校 () 年 () 組 名前 ()

このチェックシートをつかって、本に親しんだり、うんどうをしたり、きそく正しい生活しゅうかんをみにつけよう。

家てい読書の日!

◎ 家てい読書の日と時間を話し合ってきめよう。

- こんなふうにおすすめしよう
- ① テレビやゲームなどのスイッチを切る。
 - ② 大人といっしょに本を読む。
 - ③ 読んだ本のことについて話をする。

〈れい〉 〇月△日の〇時～△時、毎週〇曜日の〇時～△時 など

- ❖ おきる時間やねる時間など、めあてをほごしゃと話し合ってきめよう。
- ❖ できたら〇をつけよう。



三重県教育委員会
 マスコットキャラクター
 みえびい

日づけ	5/8	5/9	5/10	5/11	5/12	5/13	5/14
こう目	金	土	日	月	火	水	木
〇時〇分におきる	☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺
あさごはんを食べる	☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺
テレビを見る・ゲームをする時間 〇〇〇〇分以内	☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺
がくしゅうをする時間 〇〇〇〇分以内	☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺
めあてをきめて、うんどうをする れい：なわとびをする。など うらをみて、さんこうにしよう。	☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺
ほんをよむ (ほんをよんでもらう)	☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺
はみがきをして 〇時〇分以内	☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺
やくそく れい：手つだいをする。 たべもののすききらいをしない。 など	☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺

※チェック項目等については、全国学力・学習状況調査結果や全国体力・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。

