

今月の私のイキキ度チェック表！ (案)

() 組 () 番 氏名 ()

5点満点で答えてみよう！



意識すると、自分の心も体も、周りの人も変わってきます。意識して、今より素敵な自分になろう

5点 (とてもよくできている) 4点 (できている)
3点 (ときどきできている) 2点 (少しだけできている) 1点 (全くできていない)

イキキ度チェック項目	6月の点数	7月の点数	8月の点数	9月の点数	10月の点数	11月の点数	12月の点数
1. 早寝早起きができていますか							
2. 朝ごはんを食べていますか							
3. 「いただきます」「ごちそうさま」を言っていますか							
4. お茶碗やおはしを正しく持っていますか							
5. 姿勢を正して食事をしていますか							
6. 「給食だより」を読み、書いてあることを家の人と話していますか							
7. 食事の時は主食・主菜・副菜を確認しながら食べていますか							
8. 野菜を3食食べていますか							
9. 体によい飲み物を選び、飲んでいきますか							
10. 予習・復習の習慣がついてきましたか。							
担任の確認印							

<生徒から一言>

有： ちょこでも給食だより/変化あれば○しよう！

<兵庫大学から一言>

6月	保護者との会話 (有・無)、体調の変化 (有・無)	
7月	保護者との会話 (有・無)、体調の変化 (有・無)	
8月	保護者との会話 (有・無)、体調の変化 (有・無)	
9月	保護者との会話 (有・無)、体調の変化 (有・無)	
10月	保護者との会話 (有・無)、体調の変化 (有・無)	
11月	保護者との会話 (有・無)、体調の変化 (有・無)	
12月	保護者との会話 (有・無)、体調の変化 (有・無)	