

ち く ほ う 式 ^{しき}

一日三活 (いちにちさんかつ) メモ ^{ていがくねんよう} (低学年用)



名前 (^{なまえ})

がつ 月 にち 日 ()



きょうがんばりたいこと

きょうのふりかえり

①

できた
すこしできた
できなかった

がんばったこと

②

できた
すこしできた
できなかった

がんばりたいこと

③

できた
すこしできた
できなかった

おうちの^{ひと}人から

※お手つだい、自然体験・体験遊び、軽い運動のうち、
がんばりたい3つの活動を選びましょう。

ち く ほ う 式

一日三活 (いちにちさんかつ) メモ (中学年用)



名前 ()

月 日 ()



今日がんばりたいこと

今日のふりかえり

①

できた
少しできた
できなかった

がんばったこと

②

できた
少しできた
できなかった

がんばりたいこと

③

できた
少しできた
できなかった

おうちの人から

※お手つだい、自然体験・体験遊び、軽い運動のうち、
がんばりたい3つの活動を選びましょう。

ち く ほ う 式

一日三活（いちにちさんかつ）メモ（高学年・中学生用）



名前（ _____ ）

月 日（ _____ ）



今日がんばりたいこと

① _____

② _____

③ _____

※お手伝い、自然体験・体験遊び、軽い運動のうち、
がんばりたい3つの活動を選びましょう。

今日のふりかえり

できた
少しできた
できなかった

がんばったこと

できた
少しできた
できなかった

がんばりたいこと

できた
少しできた
できなかった

おうちの人から
