

「町ぐるみん白岡」我が家の約束チェックシート



- ☆ 毎年5月・11月の第3日曜日は「町ぐるみん白岡」の日！（今回は5月15日です。）
- ☆ 「町ぐるみん白岡」の日の前後1週間は「町ぐるみん白岡」週間です！（今回は8日～21日です。）

そこで、お子さんやお家の方に実践してほしいこと、日々の生活で忘れがちだけど大切なことをチェックシートにしました！

各項目について、実践できたかどうか、ぜひ家族みんなで話しあってみましょう♪

◎点数表を切り取り、5月27日（金）までに学校（園）に設置してある回収箱に投函してください。

5→すごく良くできた！ 4→良くできた 3→まあまあできた 2→少しだけできた 1→次回がんばるぞ！

「町ぐるみん白岡」週間（5/8～21）にできた点数の欄に○をつけましょう

| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
|-------------------|---|---|---|---|---|---|
| お子さん | ① 早寝早起きができました。 | ① | | | | |
| | ② 元氣よくあいさつできました。 | ② | | | | |
| | ③ 1日3食、しっかり残さず食べました。 | ③ | | | | |
| | ④ テレビやゲームを控えて読書や外遊びをしました。 | ④ | | | | |
| | ⑤ 学校（園）での出来事や友達のことなど自分から家族に話しました。 | ⑤ | | | | |
| | ⑥ 家族の一員としてお手伝いをしました。 | ⑥ | | | | |
| おうちの方 | ⑦ 子どもの話をさえぎったり、先取りしたりせず目を見てじっくりと聞くことができました。 | ⑦ | | | | |
| | ⑧ 子どもの行動に過剰に手を貸したり、口を出したりしないよう心掛けました。 | ⑧ | | | | |
| | ⑨ 言葉で自分の考えや意思を伝えることができるよう教えました。 | ⑨ | | | | |
| | ⑩ 子どもが積極的にお手伝いをしたり、自力でやり遂げたときはしっかりとほめ、やる気を伸ばしました。 | ⑩ | | | | |
| おうちの方 （11月～5月） | ⑪ 子ども会、スポーツ少年団活動などをはじめ、地域の行事に積極的に参加しました。 | ⑪ | | | | |
| | ⑫ 授業参観や保護者会に参加し、学校（園）の教育方針を理解し協力しました。 | ⑫ | | | | |
| | ⑬ 多くの人に支えられていることや家族の愛情への感謝や尊敬の心について教えました。 | ⑬ | | | | |
| | ⑭ テレビやインターネット、ゲームでは味わえない外遊びの楽しさを学ばせました。 | ⑭ | | | | |
| 家族みんなで | ⑮ 食事は家族みんなで、テレビを見ないで会話を楽しみながらできました。 | ⑮ | | | | |
| | ⑯ 外出するときはお互いに行き先、帰宅時間などを伝え、心配をかけないよう心掛けました。 | ⑯ | | | | |
| | ⑰ ありがとうと感謝の気持ちをお互いに伝えることができました。 | ⑰ | | | | |
| | ⑱ 我が家の約束をみんなで考え、実践し、家族円満を心掛けました。（裏面に内容をご記入ください。） | ⑱ | | | | |

キリトリ線

| | |
|------------------|---|
| お子さんの年齢をご記入ください。 | 才 |
|------------------|---|

我が家の約束について、
差し支えなければご記入く
ださい。

当てはまる家族構成に○を
つけてください。

- ① 子どもと親
- ② ①と祖父母の3世代
- ③ ②と曾祖父母の4世代

◎ 点数表を切り取り、
5月27日(金)まで
に学校(園)に設置してある
回収箱に投函してください。

全家庭で「我が家の約束」宣言に 取り組みましょう！

*生活リズムを整えよう

朝食はきちんと食べる、夜は〇時までには寝る、朝は〇時までには自分で起きる、読書の時間をつくる、毎日〇時～〇時まで勉強するなど

*家族の絆を深めよう

あいさつをきちんとする、ノーテレビデー・ノーゲームデーを実行する、大きな声できちんと返事をする、ごはんの時はテレビを消す、1日の出来事を家族で話し合う、家族で一緒に過ごす時間を大切にする、家族で共通の趣味を持つ、自分の気持ちを素直に伝える(ありがとう、ごめんなさい)など

*家族のために役立つことをしよう

洗濯物をたたむ、お風呂掃除をする、食事の準備をする、お茶碗洗いをするなど

*健康な体を作ろう

進んで外遊びをする、積極的にスポーツ活動に取り組む、家族そろって野外活動に取り組む(ハイキング、キャンプ、ウォーキング)など

*家族との約束や決まりを守ろう

予定や帰りの時間を伝える(いつ・どこで・だれと…)、約束や時間を守る、お金や物を大切にする、命あるものを大切にするなど

「町ぐるみん白岡」は4つの実践を提案します！！

- *我が子だけでなく、「我が子の友達」にも暖かいまなざしを向け見守り育む意識を持ちましょう。
- *時には自分の親や友人と子育て談義をしてみましょう。
- *地域の伝統行事やボランティア活動に子どもの「出番」を作り、地域の一員として認めましょう。
- *親子でともに活動し、考え、体験を共有する「体験活動」に積極的に取り組みましょう。

過去の集計結果をご覧ください！
ぜひご覧ください！

右記のQRコードを
チェック！



一緒に活動する仲間も募集中です！

問合せ・連絡先

「町ぐるみん白岡」事務局
〒349-0292 白岡市千駄野432
白岡市教育委員会 いきいき教育課内
電話：0480-92-1111 (内線272・275)
E-mail：
ikiikikyoiiku@city.shiraoka.lg.jp