

「町ぐるみん白岡」

小学校版

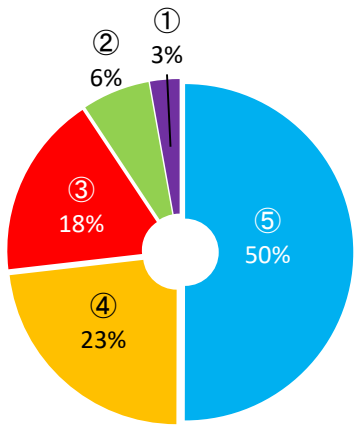


我が家の約束チェックシート

★令和2年6月に実施したチェックシートの結果をお知らせいたします！

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

◎ お子さん



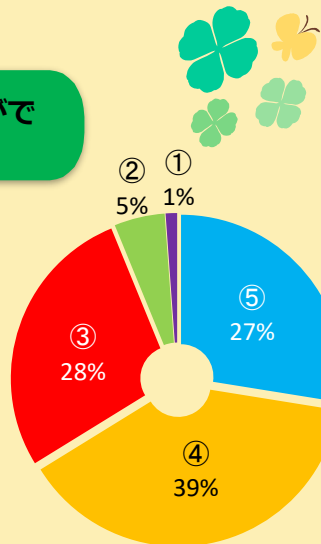
⑥ 1日3食、しっかり残さず食べました。

みんなしっかりごはんを食べているようだね！
食事は生活リズムを整え、健やかな毎日を過ごすために大切なことだよ。これは、大人になってから病気にならないようにするためにも、とても重要なこと。
これからも、1日3食しっかり食べていこう！

◎ お家の方

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。

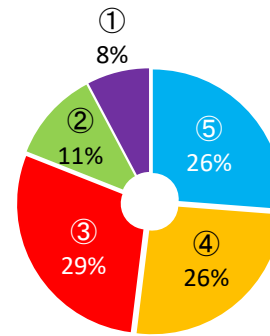
多くのお家の方が実践できているようです。家族間では、多くの時間を一緒に過ごしているため、考えや意思を言葉にしなくてもある程度のコミュニケーションを図れます。しかし、家庭の外で様々な人々に関わる際には、自分の考えをしっかりと言葉にできる能力が必要となります。今後も家庭の生活から意識していけるとよいですね。



◎ 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。



約5割の家庭で良くできたという結果でした。

家族それぞれが各自のスケジュールに沿って生活をしている中で、一緒に食事をとれないという家庭も多いと思います。そんな中でもみんなで食事をとれた際は、テレビはつけずにみんなで会話をし、家族の絆を深めてみませんか。

我が家の約束ベスト3



1位 あいさつをする

2位 ゲームや動画等の時間を守る

3位 お手伝いをする

家族の約束

- ・家族みんなで仲良く楽しく過ごす
- ・一日の出来事を話す。

ゲーム・テレビ関連

- ・ゲーム、スマホ等はやることをやってから
- ・ゲームやテレビだけでなく、外遊びもする。

▶ 担当者より

1日3食の食事は、脳を十分に活動させることや、生活習慣病予防に有効であることが指摘されています。より健康な生活を過ごすために、家族みんなで1日3食を心がけていきましょう！

世の中のグローバル化が進み、今後はますます多様な価値観が存在するようになります。そんな中でお互いを認め、理解し合いながら生活するため、自分の意見を相手に伝えることを日頃から意識していきたいですね。