

3

# 自分をみがぎ、もつとかがやこう

自分の健康は  
自分で守ろう

- 好き嫌いをなく食べる。
- 外から帰ったら、つがら、手洗をする。



自分で身の回りを  
きれいにしよう

- 身の回りの整理整頓をする。
- 自分で掃除をする。



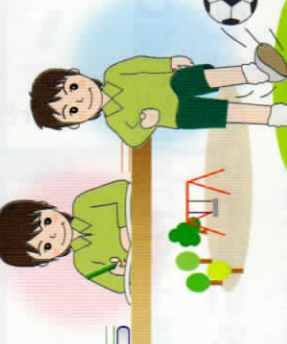
自分で上手に  
時間を使おう

- 早ね早起きをする。
- 時間を決めて、勉強や遊びをする。



自分から進んで学習し  
もつ、体をきたえよう

- 予習や復習をする。
- 外に出て、わらわら遊ぶ。



😊 ほかに、どんなことがあろうか。

自分の「よいところ」・「のびたいところ」は、どこだろう。

記入した日 月 日 年生のとき

Blank space for writing strengths and areas for improvement.

記入した日 月 日 年生のとき

Blank space for writing strengths and areas for improvement.

記入した日 月 日 年生のとき

Blank space for writing strengths and areas for improvement.

記入した日 月 日 年生のとき

Blank space for writing strengths and areas for improvement.

自分がもつ  
**かがやく**ために、  
できることは  
自分でやり、  
自分からすすんで  
気持ちのよい生活を  
つくっていきよう!