

めあて

「おやつのとり方を考えよう。」

**きょうから がんばる わたしのめあて**

おやつ^{りょう}の食べ方で、食べる量、食べる時こく、運動などについて、きょうからがんばることをひとつ決めて、実行しましょう。

きょうから 実行することは・・・

月	自分で決めためあてを 実行できましたか？ (◎○△をつけましょう)	反省（よかったところを かきましよう。）
日 (月)		
日 (火)		
日 (水)		
日 (木)		
日 (金)		
日 (土)		
日 (日)		

おうちのかたから ひとことおねがいします。



月 日 () に 先生へ 提出しましょう。