

# しょくじ てつだ 食事のお手伝い チャレンジカード



ねん 年 なまえ 名前 ( )

なつやす 夏休みにしょくじ てつだ 食事のお手伝いをしましょう。

まいにち つづ 毎日、続けてするお手伝いを1つ決めてチャレンジしましょう。チャレンジする期間は、7月の最後の1週間と8月の最後の1週間です。両方同じ内容でもいいですし、変えてもいいです。できた日はすいかとかにのマークに色をぬりましょう。

てつだ ないよう お手伝いの内容	7月25日 (水)	7月26日 (木)	7月27日 (金)	7月28日 (土)	7月29日 (日)	7月30日 (月)	7月31日 (火)
てつだ ないよう お手伝いの内容	8月25日 (土)	8月26日 (日)	8月27日 (月)	8月28日 (火)	8月29日 (水)	8月30日 (木)	8月31日 (金)

★まいにちつづ 毎日続けてするお手伝い以外に、しょくじ てつだ 食事のお手伝いをしたら、てつだ ないよう ひ 日にか 書きましょう。

てつだ ないよう お手伝いの内容	ひ 日にち

てつだ おも  
お手伝いをして思ったこと

かた  
おうちの方から

