

おてつだいをしよう！

1～2年生

おてつだいをすると、

- ① ちょうどいいうんどうになります。
- ② 「ありがとう」といわれるチャンスをつくれます。
- ③ あさのしごとをもち、せいかつリズムをととのえることができます。

とくいなことで、
かぞくのやくにた
てるといい
ですね。

かんたん 1～5 むずかしい さんこうまでに			
あさに ～きもちのよい あさをむかえられ るように～	3	たい かかり 体そう係	き 決まったじこくにラジオたいそうの音を流す
	5	たい かかり 体そう係	かぞくにたいそうのお手本を見せる (たいいくでやっ ていること、ほけんだよりなどをさんこうに)
	4	たい かかり 体そう係	たん 短なわ、ジョギングなど、運動するチャンスをつくる
	2	かかり カーテン係	あさ ひかり い 朝の光をへやに入れる ※かん気をしたら戸じまりを！
	2	かかり めざまし係	お かぞくを起こしてあげる
	1	かかり あさごはん係	しょく 食たくをきれいにふく
	3	かかり あさごはん係	しょっき ようい かたづ 食器を用意する・片付ける
	5	かかり あさごはん係	おうちの人のりょうりのてつだいをする※あんぜんにね！
くつ関係	4	かかり あさごはん係	しょっ さら てつだ 食器洗いの手伝いをする
	2	かかり くつそろえ係	げんかん 玄関のくつをそろえる かぞくのおでかけにあわせて
ゴミ関係	3	せいり かかり くつばこ整理係	くつばこをせいり・せいとんする あさでなくてもOK
	2	かかり ゴミ出し係	してい ばしょ あんぜん ごみを指定場所に出す ※安全に気をつけて！
	4	かかり ゴミまとめ係	ぶくろ いえ 指定のごみ袋などに家のごみをまとめる ※手を洗おう
おそうじ関係 ～やりがい大！～	3	かかり トイレそうじ係	よごれやほこりをなくす
	4	かかり ふろそうじ係	おふろのお湯をはるところや、ゆかをきれいにする
	3	かかり へやそうじ係	そうじきで。ふいてよごれをおとす。 ※
	2	かかり せいとん係	自分のエリアは自分でせいり・せいとん
	4	そと かかり 外そうじ係	にわ いえ あんぜん 庭や、家のまわりをそうじする ※安全に気をつけて！
しょくじの用意 など	1～5	ひる はんかかり 昼ご飯係など	あさごはんのところをさんこうに！
	1	かかり れいぞうこ係	おうちのひとがかったものをれいぞうこなどにしまう
	4	かかり ごはん係	こめ お米をとぐ すいはんきをセット (スイッチを入れる)
洗たく関係	3	かかり せんたくたたみ係	せん もの 洗たく物をたたむ・しまう
	4	かかり せんたくほし係	せんたくものをほす
たのしいじかん	3	かかり おわらい係	かぞくに楽しかったこと・おもしろいことなどはなす

※へやそうじ・・・がっこうでのきょうしつそうじをおもいだそう。きれいになるとやりがいアップです！

がっこうでは、ぞうきんでゆかやたなをふいていますね。まいにちばしょをきめてやると、
こだわりもでてくるかも…。みがく・よごれをおとすなど、おおそうじもやってみよう。
「ほこりをかきだす」ことに「やりがい」をかんじているすがたもそうじのときによく
みられます！

お手つだい がんばりカード 1・2年生



名前

かぞくによろこんでもらえるように
めあてをかきましょう。

めあて

をう
いちの
くらの
つと「お
かそ手
かいてつ
いてだ
みまし
し、い
しょう
う。そ
うな
こと
お

お手つだいすること	3月26日(木)	3月27日(金)	3月30日(月)	3月31日(火)	4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)
(れい) ・せんたくものをたたむ	○		○	△		○	○
おうちの人からのサイン							
4月3日におうちの人からのひとことを かいてもらいましょう。		おうちの人から					

※4月7日(火)にわすれずにもってきてましょう。

できた日：○ ， できなかった日：△

(その日にしなくてもよいものは、なにもかかなくてよいです。)