

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 なが 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 うんどう 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 と 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 あら 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
く の
つ 人
か と
か そ
か い
い て
み だ
ま し
し て
し よ
う
を
そ う
な こ
と お

| お手つだいすること | 月 日 () | 月 日 () | 月 日 () | 月 日 () | 月 日 () | 月 日 () | 月 日 () |
|-----------------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| (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。)