

※ご記入いただいた個人情報は、
目的外に利用せず、また、
第三者へ開示することはありません。

てじゅん 手順 ① できた項目に ○をつけよう。 ② 取組を 1週間 つづけよう。 ③ 1週間後に ○の数を数えて、 合計の欄に 記入しよう。 ④ おうちの人と 一緒に 感想をかこう。 	いえなか じぶん 家の中で、自分でできること					かぞく きょうりょく 家族と協力してできること						
	テレビ	照明	冷蔵庫	お風呂	ごはん	はみがき	エアコン	料理	洗濯	照明	ごみ出し	買い物
	見ていないときは電源を切ろう	照明を使わないときはこまめに消そう	冷蔵庫の開け閉めは短い時間で	シャワーを出す時間を短くしよう	残さず食べよう	歯を磨くときは、水道を止めよう	冬は室温20度に設定しよう	生ごみは水切りをして捨てよう	お風呂の残り湯を洗濯などに使おう	省エネ電球を使うようにしよう	ごみの分別をしよう	マイバッグを持っていこう
が 月 日 ()												
が 月 日 ()												
が 月 日 ()												
が 月 日 ()												
が 月 日 ()												
が 月 日 ()												
が 月 日 ()												
○の合計												

1. 取り組んだ感想を書いてね！

2. おうちの人にも感想を書いてもらおう！

住所 〒		
名前	学校・学童名	学年