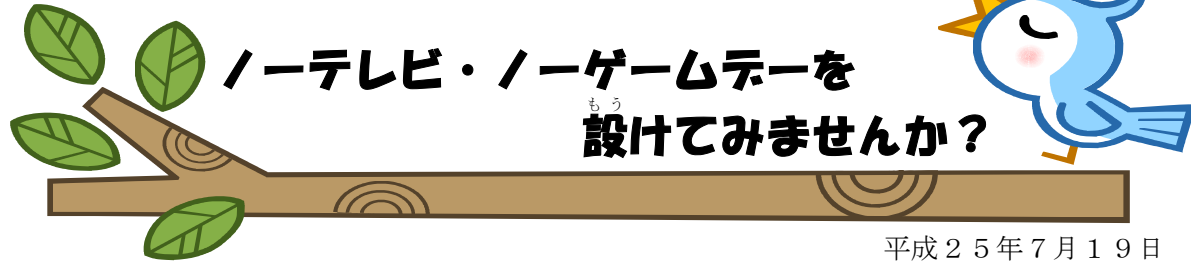


おうちの人といっしょによんでください。

レッツ、チャレンジ！！



ノーテレビ・ノーゲームデーを
設けてみませんか？

平成25年7月19日

下妻市立蚕飼小学校

いよいよ待ちに待った夏休みがやってきました。今年の夏休みも全員で、ノーテレビ・ノーゲームデーにチャレンジしてみましょう。これまでの感想で、「テレビをつけないと子供たちも話をたくさんしてくれるので、いろいろ聞いて楽しかったです」など、親子の会話が増えるという意見が聞かれました。

家族のみなさんで話し合い、A・B・Cの3つのコースからチャレンジできそうなコースを選んで、取り組んでみてください。

右のチャレンジカードに選んだコースを記入し、21日からレッツチャレンジ！

A 「ノーテレビデー」
1週間に1日テレビをまったく見ない日、ゲームをまったくしない日をつくるチャレンジ。曜日を決めてね。

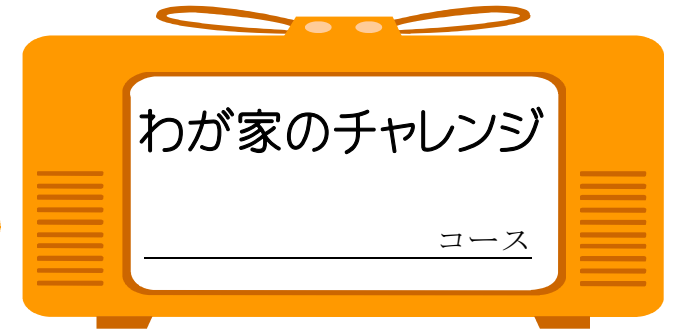
B 「食事の時だけノーテレビ」
食事中だけはテレビやビデオを見ないチャレンジ。毎日、続けてね。

C わが家で決めたルール
「
親子で話し合っ、ルールを決め、取り組んでみましょう。
上の「 」の中に決めたルールを記入してね。

※ 右のチャレンジカードは9月2日（月曜日）に提出してください。

チャレンジ カード

目立つ所にはって、がんばって！



ねん 年
なまえ 名前

○Aコースの場合 曜日

○Cコースの場合 わが家のルール「

【チャレンジカレンダー】 約束が守れたら○をつけましょう。
(7月最初の1週間と8月最後の1週間)

月	火	水	木	金	土	日
				7/19 しゅうぎようしき 終業式	7/20	7/21
7/22	7/23	7/24	7/25	7/26	7/27	8/25
8/26	8/27	8/28	8/29	8/30	8/31	9/1

【感想】

9月2日（月曜日）に提出

【おうちの人からひとこと】