

チャレンジシート1ヶ月目

「取り組みチャレンジ欄」は、実践できたら○、少しできたら△、できなかったら×をつけましょう。

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

スタートから2週間！ペースはつかめてきましたか？

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

1ヶ月経過しました。仲間と声をかけあいましょう♪

チャレンジシート2ヶ月目

「取り組みチャレンジ欄」は、実践できたら○、少しできたら△、できなかったら×をつけましょう。

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

中間地点にさしかかりました！

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

続けてがんばりましょう♪

チャレンジシート3ヶ月目

「取り組みチャレンジ欄」は、実践できたら○、少しできたら△、できなかったら×をつけましょう。

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

あと少し！仲間に声をかけ合いましょう！

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

3ヶ月経ちました！これからも継続していきましょう♪

チャレンジシート ㉮月目

「取り組みチャレンジ欄」は、実践できたら○、少しできたら△、できなかったら×をつけましょう。

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

中間地点にさしかかりました！

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

日付	/	/	/	/	/	/	/
曜日							
取り組み チャレンジ							
気づき・メモ							

続けてがんばりましょう♪