

令和3年6月18日

保護者の皆様

旭川市立永山西小学校

校長 松田 聡

生活プランニング・チェックシート（6月21日～6月27日）の実施について

向暑の候、保護者の皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

日ごろより、本校の教育に対してご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

さて、子どもの望ましい生活習慣に対する関心や意欲を更に高め、改善と定着を図るねらいとして、6月21日(月)から6月27日(日)までの7日間、「生活プランニング・チェックシート」の取組を行います。学校では、子どもたちの生活の様子や傾向等をつかむことができればと思っています。

詳しい書き方等につきましては、「生活プランニング・チェックシート活用の手引き」をご覧ください。ぜひ、保護者の方と一緒に取り組んでいただければと考えています。

「生活プランニング・チェックシート」の提出日は、6月28日(月)といたします。

学校全体としての集計結果につきましては、後日お知らせいたします。

保護者の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

※裏面に、上川教育局が作成したチラシが載っています。是非、読んでいただき、参考にしてください。

保護者のみなさまへ～こちらをよくご覧になり、裏面に記入してください。

「生活プランニング・チェックシート」

活用の手引き



ねらい 生活チェック・プランニングシートは、児童の望ましい生活習慣に対する関心や意欲を高め、その改善と定着を図ることをねらっています。

効果 (1) 児童にとって

毎日の記録の変化を自ら把握することにより、「明日は、もう少しがんばってみよう」といった意識の変化が期待されます。

(2) 保護者にとって

親子一緒に記入することにより、生活リズムについての話題を介した親子のコミュニケーションの時間が生まれます。



生活プランニング・チェックシートの記入方法

- ① お子さんと一緒に記入してください。
- ② 毎日きまった時刻に記入させてください。
- ③ 下の記入方法を参考に取り組んでください。

生活(せいかつ)プランニング・チェックシート

永山西小学校

年組番名前

「家に帰ってがんばる子ども」を目標として毎日がんばりましょう。①②③④⑤は、家庭と相談して決めましょう!	①	起きる時刻	時 分					
	②	家庭学習 & 読書	平日	時間	分	休日	時間	分
	③	ゲームやスマホ・タブレットなどの時間	平日	時間	分	休日	時間	分
	④	ゲームやスマホ・タブレットなどの時間	平日	時間	分	休日	時間	分
	⑤	寝る時刻	時 分					

☆「①起きる時刻」、「②家庭学習 & 読書」(宿題と自主学習、読書の時間の合計)、「③ゲームやスマホ・タブレットの時間」、「⑤寝る時刻」は、お子さんと相談して記入してください。

※パツチリ! = 3点, まあまあ = 2点, あまりできなかった = 1点

チェック項目	①	②	③	④	⑤	合計
Step1	月 日 月					/15
Step2	月 日 火					/15
Step3	月 日 水					/15
Step4	月 日 木					/15
Step5	月 日 金					/15
Step6	月 日 土					/15
Step7	月 日 日					/15
合計をかきましょうー	/21	/21	/21	/21	/21	/105

☆1日の生活に対して項目ごとに該当する得点を数字で記入ください。
(特に低学年のお子さんは、保護者の方が一緒に振り返り、点数を記入していただけますと助かります。)

☆1日ごとの合計点を最後に足して、1週間の合計点を記入ください。

【本人から】 意見を振り返って

保護者から

☆最後に、お子さんの振り返りと、保護者の方から1週間の取組に対してひと言、お子さん向けへのコメントを記入ください。



生活 (せいかつ) プランニング・チェックシート

ながやま にししょうがっこう
永山西小学校

ねん くみ ばん なまえ
年 組 番 名前

「暮に向かってがんばる子ども」を目指して毎日がんばりましょう。①②③⑤は、家族と相談して決めましょう！ 	①	おきる時刻	時 分					
	②	家庭学習 & 読書	平日	時間	分	休日	時間	分
	③	ゲームやスマホ・タブレットなどの時間	平日	時間	分	休日	時間	分
	⑤	寝る時刻	時 分					

※バッチリ！ = 3点, まあまあ = 2点, あまりできなかった = 1点

 チェック項目			①	②	③	④	⑤	 合計
			起きる時刻を守れた	家庭学習や読書が計画通りできた	ゲーム・スマホ・タブレットなどの時間を守れた	手伝い・家族とのコミュニケーション・シヨツができた	寝る時刻を守れた	
Step1	6月21日	月						/15
Step2	6月22日	火						/15
Step3	6月23日	水						/15
Step4	6月24日	木						/15
Step5	6月25日	金						/15
Step6	6月26日	土						/15
Step7	6月27日	日						/15
合計をかきましようー			/21	/21	/21	/21	/21	/105

【本人から】 1週間を振り返って	担任 担任者エック欄
保護者から	

※記入の仕方は、裏を見てください。このシートは6月28日（月）に担任の先生に出しましょう。