

家族で挑戦！

小学生

がんじゅうアップチャレンジ!!

330



～週3回、30分以上をめやすに運動を～
健康・体力アップのために家族みんなでウォーキングを楽しんでみよう！

年 組 名 前 _____

	いつ 月日	どこで ウォーキング の場所	だれと 参加者	コメント
1	/			
2	/			
3	/			
4	/			
5	/			
6	/			
7	/			
8	/			
9	/			
10	/			
11	/			
12	/			
13	/			
14	/			
15	/			
16	/			
17	/			
18	/			
19	/			
20	/			

チャレンジしての感想



家族より