



デイリーチェック表



親子で取り組み (親子のときはチェック)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
取組項目	テレビを消すときは、	部屋を出るときに、電気を消す	掃除機を片付けてから	パソコンを使い終わった	冷蔵庫の扉を開けっ放しにせず、すぐに閉める	洗顔や歯磨き中は、水を流しっぱなしにしない	洗濯物はまとめて洗う	温水洗浄便座を使わないときはフタを閉める	シャワーはこまめに止めて使う		
チャレンジスコア	1点	1点	1点	1点	1点	1点	1点	1点	1点		
スタート	月	日									
2日目											
3日目											
4日目											
5日目											
6日目											
7日目											
8日目											
9日目											
10日目											
11日目											
12日目											
13日目											
14日目											
15日目											
16日目											
17日目											
18日目											
19日目											
20日目											
21日目											
22日目											
23日目											
24日目											
25日目											
26日目											
27日目											
28日目											
29日目											
30日目											
ゴール!!											
チャレンジスコア合計 (親子のときは2倍)											

スタートした日付をいれてね

いいかんじ!

あと少し!