

まごころ活動リスト

例

自分がこれならできるかも！という項目を書く

- ☐ 月に1回、おじいちゃんおばあちゃんに会いに行く
- ☐ 楽しい出来事があったら、おじいちゃんに電話をする！
- ☐ おばあちゃんの手料理を教えてもらいたい！
- ☐ 家族みんなで年末年始に帰省する
- ☐ まずは1ヶ月、まごころカレンダーを継続してみる
- ☐ おじいちゃんおばあちゃんにまごころカレンダーを渡す
- ☐

カレンダーと併用して活用すると◎

項目が全部埋まらなくても OK !
「今のうちに、
祖父母とどんなことができるだろう？」
って考えるだけでも、
十分な「まごころ活動」です！
自分に合ったやり方で、
取り組んでいこう！



まごころ活動リスト

☐☐☐☐☐☐☐

Let's まごころ活動！

今回はどんなまごころ活動だろう？

