

夏の100チャレ！

できたらここに日付を書いたり、
マークをつけたり、
シールをはったりしよう！

じぶんの好きなことにも、まだやったことがないことにもチャレンジしてみよう！
さいごの5回はじぶんだけのチャレンジをつくってみてね！



	なつのチャレンジ	✓		チャレンジ	✓
1	夏の食べものをしらべよう		26	アイスを食べくらべよう	
2	お家で夏祭りをしよう！		27	糸電話を作ってみよう	
3	花火の種類をしらべよう		28	部屋の中の好きな色を探そう	
4	花火をデザインしよう		29	家の中の音を探そう	
5	夏祭りについてしらべよう		30	人形の服をつくってみよう	
6	浴衣はなぜ着るかしらべよう		31	雨の音を表現してみよう	
7	自分で浴衣をきてみよう		32	ヨガをしてみよう	
8	夏の花をしらべよう		33	匂い当てゲームをしてみよう	
9	夏の歌をしらべよう		34	香りを10種類さがしてみよう	
10	夏の虫をしらべよう		35	絵本を読んでみよう	
11	アイスを作ろう		36	裸足で土を歩いてみよう	
12	かき氷を作ろう		37	服をコーディネートしよう	
13	いろんなものを凍らせてみよう		38	上履きをあらおう	
14	終戦記念についてしらべてみよう		39	革靴をみがこう	
15	公衆電話で電話をかけよう		40	お弁当をつくろう	
16	夜空をみよう		41	料理をつくろう	
17	日の出と日の入りをみよう		42	流しそうめんをやるう	
18	涼くなる方法を考えよう		43	1日の献立をつくろう	
19	ステキな写真を撮ろう		44	食べたいものの作り方を調べよう	
20	夏にできる遊びを考えよう		45	トイレそうじをしよう	
21	お風呂でプールあそびをしよう		46	玄関をそうじしよう	
22	家の中で秘密基地をつくろう		47	ぞうきんで家中をそうじしよう	
23	行きたい場所の計画をたてよう		48	マッサージをしてあげよう	
24	夏野菜で料理をしよう		49	宅急便対応してみよう	
25	流しそうめんをしてみよう		50	窓をピカピカにしよう	

	チャレンジ	✓		チャレンジ	✓
51	行きたい国をしらべよう		76	今日のありがとうをいおう	
52	世界地図をみてみよう		77	ありがとうの手紙をかこう	
53	国旗をみてみよう		78	家族のお手伝いリストをつくろう	
54	世界のあいさつをいってみよう		79	家族のやることリストをつくろう	
55	世界の言葉をしらべよう		80	自分の家の家紋をしらべよう	
56	世界の食べものをしらべよう		81	家系図をつくろう	
57	世界の服をしらべよう		82	家族でやりたいことを考えよう	
58	世界の祭りについてしらべよう		83	家族新聞をかこう	
59	世界のモンスターをしらべよう		84	家族にインタビューしよう	
60	日本地図を見てみよう		85	残暑見舞いを出してみよう	
61	行きたい県をしらべよう		86	家族の服をコーディネートしよう	
62	その土地の名産品をしらべよう		87	生まれた時の話をきこう	
63	日本で有名なものをしらべよう		88	家族の仕事聞いてみよう	
64	日本の方言をしらべよう		89	家族のいいところをかこう	
65	日本の妖怪をしらべよう		90	大切な人に手紙をかこう	
66	日本の電車をしらべよう		91	おともだちに手紙をかこう	
67	都道府県の有名品をしらべよう		92	お父さんに手紙をかこう	
68	世界で活躍する日本人はだれ？		93	お母さんに手紙かこう	
69	面白い駅名を調べてみよう		94	じぶんのステキなところをきこう	
70	日本特有の食べものは？		95	一年後のじぶんに手紙をかこう	
71	日本の伝統文化をしらべよう		96		
72	日本の祭りについてしらべよう		97		
73	すんでいる場所の地図をかこう		98		
74	家の近くを冒険してみよう		99		
75	住みたい街をデザインしよう		100		