校長先生（こううちょうせんせい）からの100の挑戦状（ちょうせんじょう）

●これは、こうちょうせんせいから、みやぞのしょうのみなさんへの100のちょうせんじょうです（しゅくだいではありません）。
●じぶんのペースで、できそうなものからチャレンジしてみよう。おうちのひとといっしょにするのもいいかも。
●いちばんしたの10こは、じぶんでかんがえて、チャレンジしてみよう。

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
一	ひとりでねる。	ひとりでおきる。	3かつづけて、あさのラジオたいそうをする。	じぶんのふくをたたむ。	1から100までかぞえる。	1から10000までかぞえる。	さかだちをする。	10ぷんかん、いえのなかをあるきつづける。	たまごをじょうずにわる。	めだまやきをつくる。
二	みそしるをつくる。	あさごはんをつくる。	ひるごはんをつくる。	ばんごはんをつくる。	さかなを3まいにおろす。	りんごのかわをきらないようにむく。	→そのながさをはかってみる。 きろく（　　）センチメートル	じぶんのとくぎをみつける。	たいようがしずむところをみる。	さっかになって、おはなしをつくる。
三	2じゅうとびをれんぞく3かいとぶ。	かぞくのみんなをわらわせる。（1かいめ）	かぞくのみんなをわらわせる。（2かいめ）	じぶんでうた（きょく）をつくる。	すきなうた（きょく）にあわせて、ダンスをおどる。	トイレそうじをする。	おとなになってみる。	せいざをさがす。	いえからがっこうまでのちずをかく。	3ぷんかん、なわとびをつづける。
四	こちょこちょを10びょうがまんする。	おふろをあらう。	1にち、テレビをみない。	かぞくに、ほんをよんであげる。	こくごのきょうかしょのおはなしをぜんぶおぼえる（ひとつ）。	おもちゃをつくる。	1にちのことをしんぶんにまとめる。	ちょうど1キログラムのいしをみつける。	かぞくに「ありがとう」といわれる。（1かいめ）	かぞくに「ありがとう」といわれる。（2かいめ）
五	うたをおおきなこえでうたう。	タイムカプセルをつくってうめる。	まばたきをなんびょうがまんできるかやってみる。 →きろく（　　）びょう	へやのおおそうじをする。	おかしをつくる。	たいせつなひとに、てがみをかく。	つきをじっくりみる。	たいようがのぼるところをみる。	くもにのったゆめをみる。	きれいなはなのしゃしんをとる。
六	むしをつかまえる。	おりがみでつるをおる。	ぞうきんをぬう。	じぶんのかおをかく。	かぞくのかおをかく。	きらいなものを3くちたべる。	はみがきを5ふんやってみる。	ほんを1さつよむ。	→よんだことをえにかいてみる。	1ぷんかん、わらいつづける。
七	1メートルのあなをほる（あとはちゃんとうめてね）。	うちゅうじんにあう。	かぞくに「すごい」といわれる。	ごくらくじゃまと、ふじさんのたかさをしらべる。	ちょうど1ぷんかん、めをとじる。	しょっきをあらう。	おこめをといで、ごはんをたく。	おにぎりをつくる。	3ぷんかん、かたあしでたちつづける。	ふくにアイロンをかける。
八	わらいながらおこる。	おもしろいくものしゃしんをとる。	リフティングをれんぞく3かいする。	カレーをつくる。	いってみたいところのリストをつくる（いきたいりゆうもかく）。	おしばなをつくる。	はなをそだてる。（はなのたねをうえる）。	らくごをきく。	ちょうのうりょくをみにつける。	みやぞのしょうの「マスコット」をかんがえる。
九	えんぴつだけできれいなまるをかく。	でんたくをつかって1から100までたしてみる。 →こたえ（　　）	かぞくに「ありがとう」といわれる。（3かいめ）	げんかんのそうじをする。	たんにんのせんせいのかおをおもいだしてかく。	ゆうめいじんのものまねをマスターする（3にん）。	いとでんわをつくる。	1000ねんまえのひとがたべていたものをしらべる。	いちばんあかるいほしをさがす。	じぶんでがっきをつくる。
十										