

手伝い 内容例	<small>だ</small> ゴミ出し・ <small>ぶんべつ</small> ごみの分別・ <small>せんたく</small> 洗濯・ <small>ほ</small> 干す・ <small>たたむ</small> たたむ・ <small>そうじき</small> 掃除機をかける・ <small>しょくじ</small> 食事の配膳・ <small>はいぜん</small> 食器の片づけ・ <small>しょっき</small> 皿洗い・ <small>かた</small> お風呂洗い・ <small>さらあら</small> 車洗い・ <small>ふろ</small> 等。 <small>あら</small> <small>くるま</small> <small>など</small>		
にちじ 日時	つき ひ じ 月 日 時	ないよう 内容	じこ ひょうか かんそう 自己評価または、感想