

せいかつひょう

生活スケジュール表

じぶんもくひょう
自分の目標

掲示用

	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	どようび 土曜日		にちようび 日曜日	
午後2時～3時						午前6時～7時	午後2時～3時	午前6時～7時	午後2時～3時
午後3時～4時						午前7時～8時	午後3時～4時	午前7時～8時	午後3時～4時
午後4時～5時						午前8時～9時	午後4時～5時	午前8時～9時	午後4時～5時
午後5時～6時						午前9時～10時	午後5時～6時	午前9時～10時	午後5時～6時
午後6時～7時						午前10時～11時	午後6時～7時	午前10時～11時	午後6時～7時
午後7時～8時						午前11時～12時	午後7時～8時	午前11時～12時	午後7時～8時
午後8時～9時						午前12時～午後1時	午後8時～9時	午前12時～午後1時	午後8時～9時
午後9時～10時						午後1時～2時	午後9時～10時	午後1時～2時	午後9時～10時

※ 続けて取り組みましょう。

※ 宿題などは先にすませましょう。

※ 規則正しい生活を送りましょう。(1・2・3年生は9時まで、4年生は9時半までに、5・6年生は10時までにご寝しましょう。)

※ 季節にあわせて計画を見直しましょう。

がつきはじ 1学期始め		がつきお 1学期終わり		がつきお 2学期終わり		がつきお 3学期終わり	
いえひとひとこと 家の人の一言	せんせい 先生のサイン	いえひとひとこと 家の人の一言	せんせい 先生のサイン	いえひとひとこと 家の人の一言	せんせい 先生のサイン	いえひとひとこと 家の人の一言	せんせい 先生のサイン