

生活点検票

今週の個人目標：

月	5	5	5	5	5	5	5
日	14	15	16	17	18	19	20
曜日	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed
今日の体温	°C	°C	°C	°C	°C	°C	°C
0:00							
0:30							
1:00							
1:30							
2:00							
2:30							
3:00							
3:30							
4:00							
4:30							
5:00							
5:30							
6:00							
6:30							
7:00							
7:30							
8:00							
8:30							
9:00							
9:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							
22:30							
23:00							
23:30							
0:00							
今日の勉強時間の合計	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分
今日の運動時間の合計	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分	時間 分

①勉強に関する質問	②学校に関する質問
③楽しかったこと	④先週より頑張ったこと
⑤不安・不満	⑥なんでもコーナー

() 年 () 組 () 番 名前 ()