

# 今週の予定( / ~ / )

	( )	( )	( )	( )	( )
	起きる時間( ) 朝ごはん( ~ )				
( )	午前				
( )					
( )	お昼ごはん&お昼休み( ~ )				
( )	午後				
( )					
	ふりかえりジャーナルで一日をふりかえろう				

- ・( )には時間や曜日をかきこもう。
- ・□の中に、学習する内容をかきこもう。
- ・「自分でできる」時間わりを、自分で、またはおうちの人と相談して、つくってみるといいですね。