

# 今週の過ごし方

月曜日時点の

きもち  \_\_\_\_\_ 

体力  \_\_\_\_\_ 

すいみん  \_\_\_\_\_ 

( )  \_\_\_\_\_ 

これらをふまえて予定をたてる



/	
月	
/	
火	
/	
水	
/	
木	
/	
金	
/	
土	
/	
日	

今週やれると  
よいこと

今週じゃなくても  
よいこと



1週間どうでしたか

予定どおりに  
いかなくても  
また立て直して  
だいじょうぶ!