

冬休み生活カレンダー

年 組 番 名 前 _____

目的 … 生活習慣を正して、充実した冬休みをおくる。

目標 _____

生活 _____

勉強・運動 _____

チェック項目 _____

・ 早寝 _____ 時 早起き _____ 時 … ①

・ 1日3食 … ②

・ 歯みがき … ③



できたら下のカレンダーに色をぬろう！

12/23(土)	24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③

30(土)	31(日)	1/1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)
① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③	① ② ③

6(土)	7(日)	8(月)	9(火)
① ② ③	① ② ③	① ② ③	始業式



自己評価 _____

・ 早寝 早起き …… ____ / 17

・ 1日3食 …… ____ / 17

・ 歯みがき …… ____ / 17

合計 …… ____ / 51

45以上 → よくできた

38 ~ 44 → できた

31 ~ 37 → あまりできなかった

30以下 → できなかった

反省・感想 _____

生活 _____

勉強・運動 _____



※始業式(1月9日(火))に提出してください。

群馬県中核会 勸学部