

お名前 ( \_\_\_\_\_ )

# 1日の振り返り 日記をつけよう!

第 週目

体操プリントをしたら左に○  
だれかと会話(電話・メール含  
む)をしたら右に○しましょう

[お題]について  
思い出して書いてみましょう

今日の感想を  
一言で書きましょう

日付	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	会話	運動	会話	運動	会話	運動	会話
運動・会話								
記憶のテスト								
一言日記								



ストレッチのプリントを  
1日に1回、時間を決めて行  
いましょう!  
脳を活性化させるために、  
記憶のテストや日記もぜひ  
書いてみてください。

日付	(木)		(金)		(土)		来週のチャレンジ!
	運動	会話	運動	会話	運動	会話	
運動・会話							
記憶のテスト							
一言日記							