

お名前 (_____)

1日の振り返り 日記をつけよう!

第 週目

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	昨日の夕飯は？		一昨日の天気は？		今日誰と話した？		季節の歌を一曲歌いましょう♪	
一言日記								

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



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							普段、利き手足で していること(靴 を履く・ドアを開 ける等)を反対側 でする日をつくっ てみましょう!
記憶のテスト	昨日着ていた 服の色は？		今週の火曜は何してた？		今日気になった ニュースは？		
一言日記							