



1日の生活スケジュール



(4) 歳 作成年月日 ○○ 年 △ 月 △ 日

	月	火	水	木	金	土	日
6:00	7:00 起きます 7:30 朝食 8:15 洗面・着替え 8:45 保育園へ					8:00 起きます 8:30 朝食	
9:00	保育園					9:15 洗面・着替え	
12:00						12:00 昼食 14:00 スイミング	12:00 昼食 14:00 昼寝
15:00	4:30 帰宅 おやつ さんぽ・絵本・ボール遊びなどして食事前に遊びます					16:00 昼寝	15:00 おやつ
18:00	18:00 お風呂 18:30 夕食 19:00 テレビ・絵本・ブロック・パズルなどで遊びます 20:30 布団にはいります。						
21:00							
23:00							

特記事項

Blank area for special notes.