ワーク ふせんをはろう!

家に帰ってからねるまでにやることを
「いつやるか」考えながら、下の表にはっていこう。

やり方

1. 学校から帰ってくる時間に線を引こう(だいたいでいいよ)。
2. 毎日ねる時間を決めて線を引き、下に「ねる」と書こう。
3. やる時間を考えながら、ふせんをはっていこう。

午後3時	4時	5時	6時	7時	8時	午後9時

『夢をかなえる 時間の使い方 BOOK』新星出版社