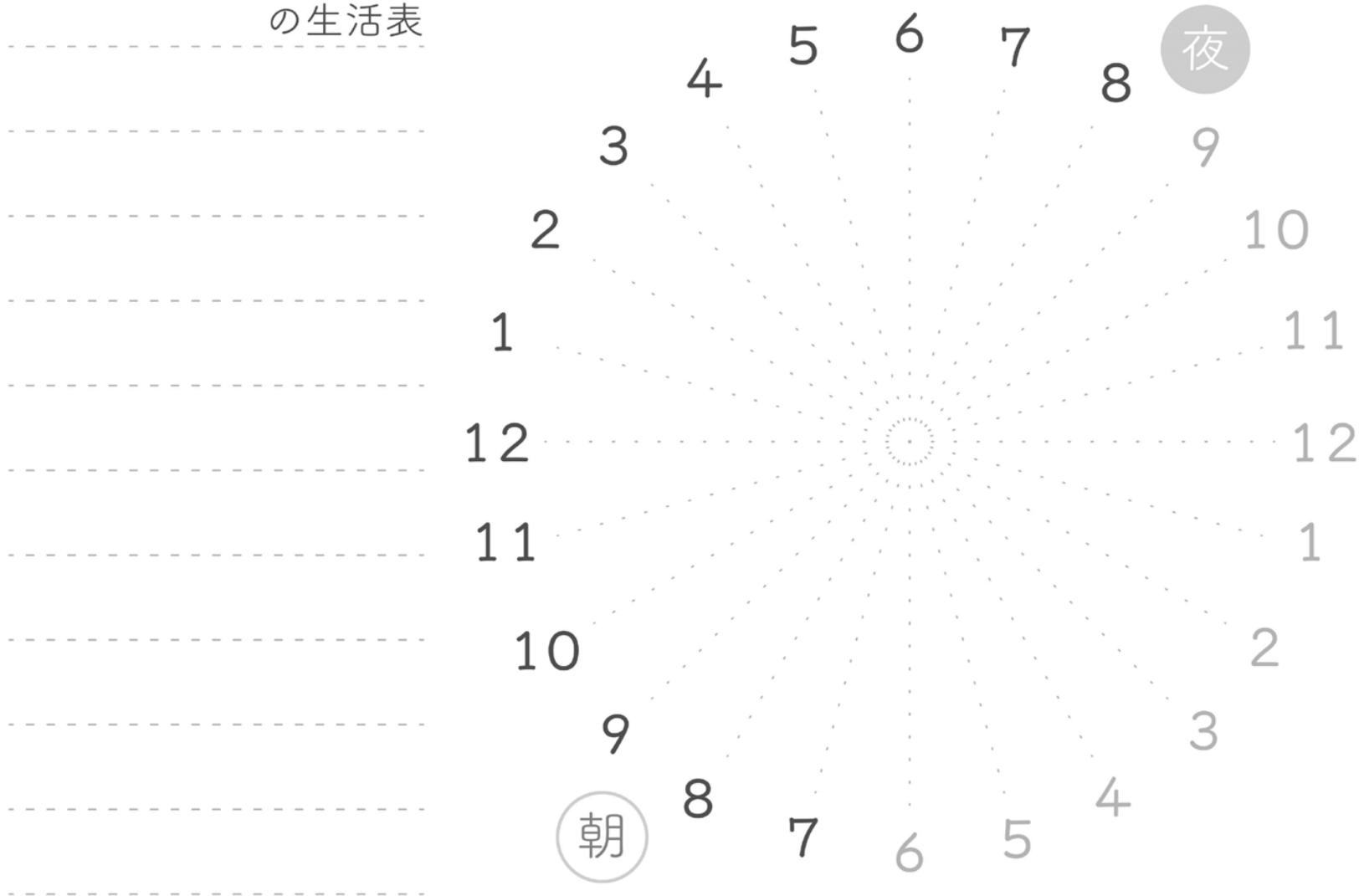


1日のスケジュール

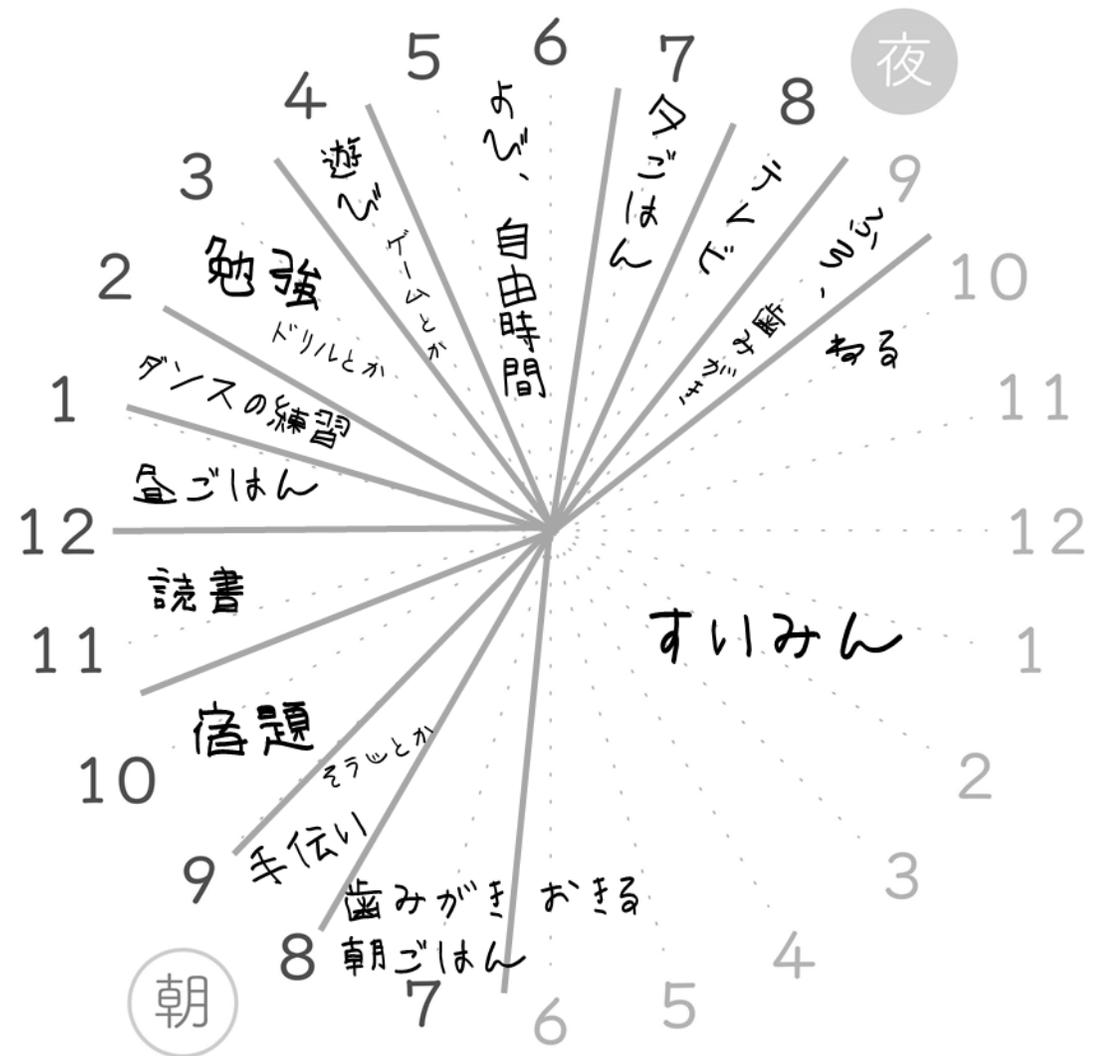
の生活表



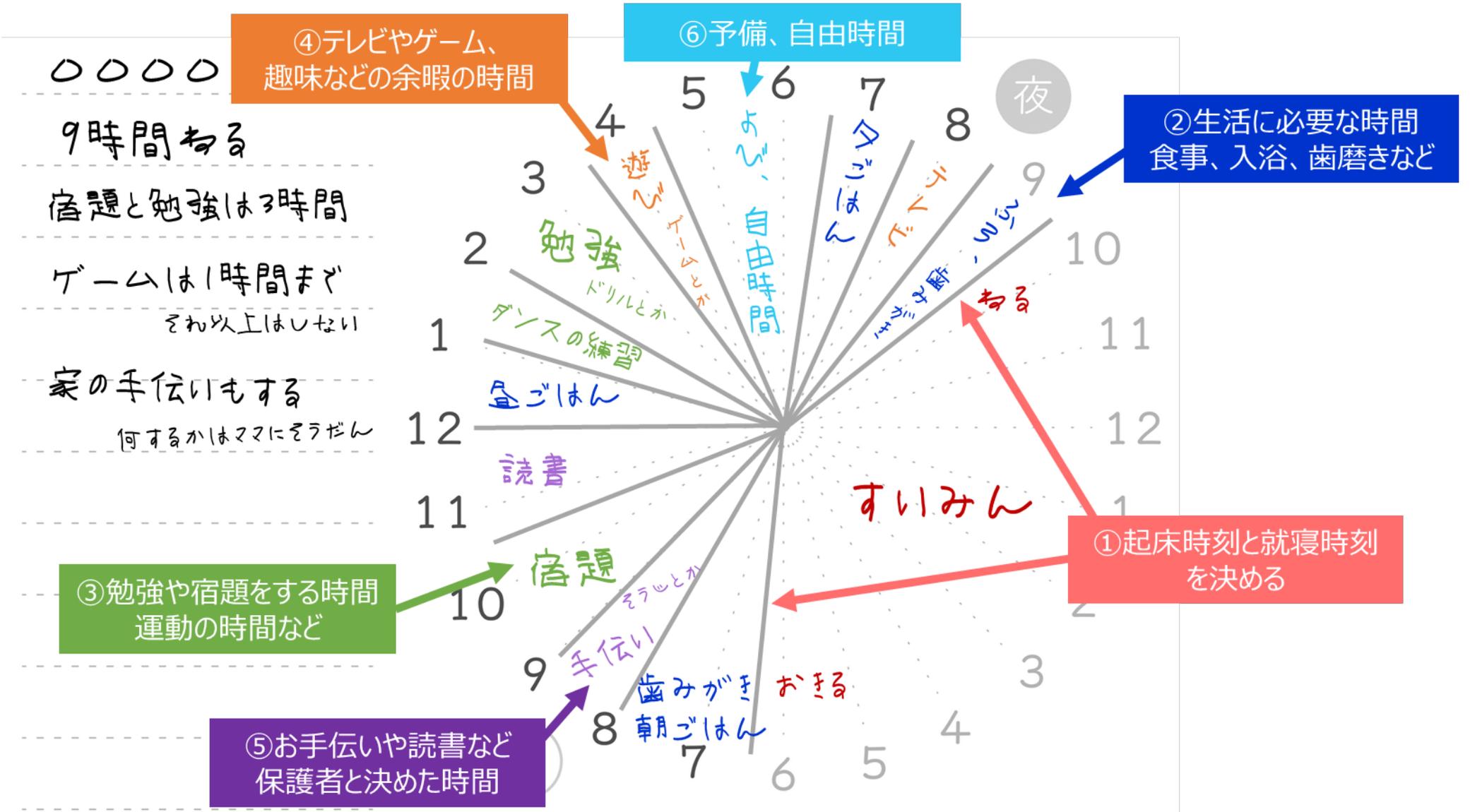
1日のスケジュール (例)

〇〇〇〇 の生活表

- 9時間ある
- 宿題と勉強は3時間
- ゲームは1時間まで
それ以上はしない
- 家の手伝いもする
何するかはママにそらだん



1日のスケジュール (記入の仕方)



〇〇〇〇

9時間ある

宿題と勉強は3時間

ゲームは1時間まで
それ以上はしない

家の手伝いもする
何するかはママに相談

③勉強や宿題をする時間
運動の時間など

⑤お手伝いや読書など
保護者と決めた時間

夜

②生活に必要な時間
食事、入浴、歯磨きなど

①起床時刻と就寝時刻
を決める

すいみん

おきる

ある