

きそくただしいせいかつをおくろう！—じぶんだけのじかんわりをつくってみよう—

西陣中央小

日(金)

	日(月)	日(火)	日(水)	日(木)	日(金)
07:00					
08:00					
09:00					
10:00					
11:00					
12:00					
13:00					
14:00					
15:00					
16:00					
17:00					
18:00					
19:00					
20:00					
21:00					
22:00					
ふりかえり					

【がくねんにあった、きそくただしいせいかつのポイント】

	おきるじこく	ねるじこく	すいみんじかん
1・2年	7じ	9じまで	10じかん
3・4年	7じ	9じ30ふんまで	9じかん30ふん
5・6年	7じ	10じまで	9じかん