生活チェック表（　　月　　日　～　　月　　日）

日付 / 項目	日（月）	日（火）	日（水）	日（木）	日（金）	日（土）	日（日）
目標①	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英
目標②	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英
目標③	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英
目標④	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英	国・社・数・理・英
起床時刻	:	:	:	:	:	:	:
今日の天気							
体調	Good　Bad	Good　Bad	Good　Bad	Good　Bad	Good　Bad	Good　Bad	Good　Bad
朝食チェック							
①　勉強時間	分	分	分	分	分	分	分
②　勉強時間	分	分	分	分	分	分	分
③　勉強時間	分	分	分	分	分	分	分
④　勉強時間	分	分	分	分	分	分	分
総勉強時間	分	分	分	分	分	分	分
就寝時刻	:	:	:	:	:	:	:
がんばった印	Good　Bad	Good　Bad	Good　Bad	Good　Bad	Good　Bad	Good　Bad	Good　Bad