

からだ うんどう
体づくり運動

きろくようし
 ~記録用紙~

2020年 月 日

氏名

★ 1日4マスぬると、3週間でゴールできます

スタート→

↑ はじめ ひ 始めた日 月 日

↑ はんぶんたっせい 半分達成 月 日

ゴール!

ゴールした日 月 日↑