

[illegible]

- 読書、映画鑑賞、社会的に話題になっている内容のドキュメンタリーを観る
- 地域のイベント、コンサート、博物館、美術館に行く
- 地域のボランティアに参加する
- 職場体験をする（自治体や企業が募集することがあります）
- 興味のあること、好きなことを探求する
- 将来について考える（職業について調べるなど）
- パソコンで、いろいろな情報を調べたり、文字の入力や表の作成をしたりする

※ 出かけるときは、行先など家の人とも相談して決め、制服着用など学校のルールを守って出かけましょう。
※ インターネットを使用する際には、危険なサイト等に接続しないよう注意しましょう。

n a t s u n o s e i k a t s u

2025年 夏の生活 別冊

夏休みの目標と計画





➡ 目標を達成するために1日をどう過ごすかと有効かを考え、時間の使い方を決めておきましょう！

例：部活のある日、塾のある日 など

午前 6 7 8 9 10 11 午後 12 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

例：部活のない日，塾のない日 など

年	組	番	名前
2023	1	1	山田 太郎
2023	1	2	山田 次郎
2023	1	3	山田 三郎
2023	1	4	山田 四郎
2023	1	5	山田 五郎
2023	1	6	山田 六郎
2023	1	7	山田 七郎
2023	1	8	山田 八郎
2023	1	9	山田 九郎
2023	1	10	山田 十郎
2023	1	11	山田 十一郎
2023	1	12	山田 十二郎
2023	1	13	山田 十三郎
2023	1	14	山田 十四郎
2023	1	15	山田 十五郎
2023	1	16	山田 十六郎
2023	1	17	山田 十七郎
2023	1	18	山田 十八郎
2023	1	19	山田 十九郎
2023	1	20	山田 二十郎
2023	1	21	山田 二十一郎
2023	1	22	山田 二十二郎
2023	1	23	山田 二十三郎
2023	1	24	山田 二十四郎
2023	1	25	山田 二十五郎
2023	1	26	山田 二十六郎
2023	1	27	山田 二十七郎
2023	1	28	山田 二十八郎
2023	1	29	山田 二十九郎
2023	1	30	山田 三十郎
2023	1	31	山田 三十一郎
2023	1	32	山田 三十二郎
2023	1	33	山田 三十三郎
2023	1	34	山田 三十四郎
2023	1	35	山田 三十五郎
2023	1	36	山田 三十六郎
2023	1	37	山田 三十七郎
2023	1	38	山田 三十八郎
2023	1	39	山田 三十九郎
2023	1	40	山田 四十郎
2023	1	41	山田 四十一郎
2023	1	42	山田 四十二郎
2023	1	43	山田 四十三郎
2023	1	44	山田 四十四郎
2023	1	45	山田 四十五郎
2023	1	46	山田 四十六郎
2023	1	47	山田 四十七郎
2023	1	48	山田 四十八郎
2023	1	49	山田 四十九郎
2023	1	50	山田 五十郎
2023	1	51	山田 五十一郎
2023	1	52	山田 五十二郎
2023	1	53	山田 五十三郎
2023	1	54	山田 五十四郎
2023	1	55	山田 五十五郎
2023	1	56	山田 五十六郎
2023	1	57	山田 五十七郎
2023	1	58	山田 五十八郎
2023	1	59	山田 五十九郎
2023	1	60	山田 六十郎
2023	1	61	山田 六十一郎
2023	1	62	山田 六十二郎
2023	1	63	山田 六十三郎
2023	1	64	山田 六十四郎
2023	1	65	山田 六十五郎
2023	1	66	山田 六十六郎
2023	1	67	山田 六十七郎
2023	1	68	山田 六十八郎
2023	1	69	山田 六十九郎
2023	1	70	山田 七十郎
2023	1	71	山田 七十一郎
2023	1	72	山田 七十二郎
2023	1	73	山田 七十三郎
2023	1	74	山田 七十四郎
2023	1	75	山田 七十五郎
2023	1	76	山田 七十六郎
2023	1	77	山田 七十七郎
2023	1	78	山田 七十八郎
2023	1	79	山田 七十九郎
2023	1	80	山田 八十郎
2023	1	81	山田 八十一郎
2023	1	82	山田 八十二郎
2023	1	83	山田 八十三郎
2023	1	84	山田 八十四郎
2023	1	85	山田 八十五郎
2023	1	86	山田 八十六郎
2023	1	87	山田 八十七郎
2023	1	88	山田 八十八郎
2023	1	89	山田 八十九郎
2023	1	90	山田 九十郎
2023	1	91	山田 九十一郎
2023	1	92	山田 九十二郎
2023	1	93	山田 九十三郎

第 1 週

() 月 () 日 ~ () 月 () 日

今週の目標・計画

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤

主な予定

- ▶
- ▶
- ▶
- ▶
- ▶

● 達成度・自己評価 (できたこと・できなかったこと)・今後に向けて

第 4 週

() 月 () 日 ~ () 月 () 日

今週の目標・計画

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤

主な予定

- ▶
- ▶
- ▶
- ▶
- ▶

● 達成度・自己評価 (できたこと・できなかったこと)・今後に向けて

第 2 週

() 月 () 日 ~ () 月 () 日

今週の目標・計画

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤

主な予定

- ▶
- ▶
- ▶
- ▶
- ▶

● 達成度・自己評価 (できたこと・できなかったこと)・今後に向けて

第 5 週

() 月 () 日 ~ () 月 () 日

今週の目標・計画

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤

主な予定

- ▶
- ▶
- ▶
- ▶
- ▶

● 達成度・自己評価 (できたこと・できなかったこと)・今後に向けて

第 3 週

() 月 () 日 ~ () 月 () 日

今週の目標・計画

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤

主な予定

- ▶
- ▶
- ▶
- ▶
- ▶

● 達成度・自己評価 (できたこと・できなかったこと)・今後に向けて

第 6 週

() 月 () 日 ~ () 月 () 日

今週の目標・計画

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤

主な予定

- ▶
- ▶
- ▶
- ▶
- ▶

● 達成度・自己評価 (できたこと・できなかったこと)・今後に向けて