

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
			1 エイプリルフール	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29 昭和の日	30		

《身体測定記録》計測場所チェック→  学校  学校以外 ※書いたあとは大人の人にチェックしてもらいましょう

測定日 2026年 /

身長 . cm 

体重 . kg 

＼自分史上最高／  
今年の自分をプロデュース

# じぶんプロデュース

今年のキャッチコピー

今年やってみたいこと

How to become who I want to be.

