

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10 文化の日	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23 勤労感謝の日	24	25	26	27	28
29	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 

今年うれしかったこと

My Happy
&
Proud Days
2026

今年がんばったこと

A happy moment

Joyful Days

Worked hard on ...



笑顔の瞬間
がんばりの記録