

2025（令和7年）January 1 月

今月の目標

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
			1 元日	2	3	4
5	6	7 七草の日	8	9	10	11 鏡開き
12	13 成人の日	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	
			《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 2025 年 /	身長 . cm 	体重 . kg 	

1 年間の目標

This year's goal
