

## 休みの1日

時間	パターン1	パターン2	パターン3
1時			
2時			
3時			
4時			
5時			
6時	起床		
7時	朝食		
8時	日記		
9時	学習		
10時	学習		
11時	学習		
12時	昼食		
13時	外遊びやスポーツ		
14時	外遊びやスポーツ		
15時	おやつ		
16時	趣味		
17時	趣味		
18時	夕食		
19時	趣味		
20時	入浴		
21時	読書		
22時	就寝		
23時			
0時			