

今月の大事なこと

20 年 月
平成 年

月						
日	月	火	水	木	金	土

週別カレンダーチェック式

2011 千葉労災病院 安田清作

日		月		火		水		木		金		土	
薬		薬		薬		薬		薬		薬		薬	
予定		予定		予定		予定		予定		予定		予定	
雨戸を開ける		雨戸を開ける		ゴミを出す		雨戸を開ける		雨戸を開ける		ゴミを出す		雨戸を開ける	
薬を飲む		薬を飲む		雨戸を開ける		薬を飲む		薬を飲む		雨戸を開ける		薬を飲む	
茶碗を洗う		茶碗を洗う		薬を飲む		茶碗を洗う		茶碗を洗う		薬を飲む		茶碗を洗う	
				茶碗を洗う						茶碗を洗う			
昼飯の用意		昼飯の用意				昼飯の用意		昼飯の用意				昼飯の用意	
				昼飯の用意						昼飯の用意			
				茶碗を洗う									
洗濯物をたたむ		洗濯物をたたむ				洗濯物をたたむ		洗濯物をたたむ				洗濯物をたたむ	
夕御飯を炊く		夕御飯を炊く		洗濯物をたたむ		夕御飯を炊く		夕御飯を炊く		洗濯物をたたむ		夕御飯を炊く	
薬を飲む		薬を飲む		夕御飯を炊く		薬を飲む		薬を飲む		夕御飯を炊く		薬を飲む	
雨戸を閉める		雨戸を閉める		薬を飲む		雨戸を閉める		雨戸を閉める		薬を飲む		雨戸を閉める	
				雨戸を閉める						雨戸を閉める			

足りなかつたら裏に書きましよう。