



生活のようす [保育所編]

〈名前 〉

時刻	平日	休日
0時		
1時		
2時		
3時		
4時		
5時		
6時		
7時		
8時		
9時		
10時		
11時		
12時		
13時		
14時		
15時		
16時		
17時		
18時		
19時		
20時		
21時		
22時		
23時		

(例) 平日
睡眠
↓
6:30 起床
7:20 朝ごはん
↓
保育所
↓
(昼ごはん)
↓
(昼寝)
↓
(おやつ)
↓
17:40 夜ごはん
↓
19:30 入浴
20:30 就寝
↓
↓