隙間時間活用シート

やりたいこと	実行したこと	やりたいこと	実行したこと

隙間時間活用シート

やりたいこと	実行したこと	やりたいこと	実行したこと
基礎英語１テープを聴く（3/25）	２回聞けた(3/25)		
借りた本の読了(3/26)	完了、返却(3/27)		
お礼状を書く	12枚書く		

見本

毎日3分間で365日＝18時間15分

毎日5分間で365日＝30時間25分

毎日10分間で365日＝60時間50分