北っ子体力アップカード　～冬休みもマッスルチャレンジ～

※やったものに〇をつけましょう！

月	日	曜日	①	②	③	④	⑤	⑥
12	23	土						
	24	日						
	25	月						
	26	火						
	27	水						
	28	木						
	29	金						
	30	土						
	31	日						
1	1	月						
	2	火						
	3	水						
	4	木						
	5	金						
	6	土						
	7	日						
	8	月						

年　　組　　番　　名前（　　）

たくさん動いて体力をアップさせよう！

※1月9日（火）　始業式の日に提出