



桜

～季節を楽しむ～

家事ごよみ

うづき

4月[卯月]

基本時間を見直して、家族それぞれの変化
に応じた暮らし方を話し合い、無理のない
ように生活リズムをととのえましょう
(今月やってみた所に色を塗りましょう！
自分の予定も書いてみましょう！)

東京第三友の会

住グループ

- 新学期とともに書類も増える
時期です 本棚を点検し、
ためないうちに整理しましょう
- 冬物衣類の片付け セーター
は 30℃のぬるま湯で3分で
洗いあげる
- 暖房器具の手入れと片付け
- 踏など季節のものを食卓に
- 家計簿 3カ月を振り返り、
入学や進学で変わった学費
なども確認
- 年に一回は必ず健康診断を
- 夏から秋に咲く花やハーブの
種蒔き

～自分の予定～

-
-
-
-
-