4月

| 日 | | F. | l | 火 | 水 | 木 | 金 | : | ± |
|-----------|--------|-----------|--------|------------------|-----------|-----------|-------------------|--------|------------------|
| 1 残り284日 | | 2 残约283日 | | 3 残り282日 | 4 残り281日 | 5 残り280日 | 6 残り279日 | 7 | 残り278日 |
| | | | | | | | | | |
| | 目標達成:□ | | 目標達成:□ | 目標達成:□ | 目標達瓦 | ┇:□ 目標: | 達成:□ | 目標達成:□ | 目標達成∶□ |
| 8 残り277日 | | 9 残り276日 | | 10 残り275日 | 11 残り274日 | 12 残约273日 | 13 残约272日 | 14 | 4 残り271日 |
| | | | | | | | | | |
| | 目標達成:□ | | 目標達成:□ | 目標達成:□ | 目標達成 | t:□ 目標: | 達成:□ | 目標達成:□ | 目標達成∶□ |
| 15 残り270日 | | 16 残り269日 | | 17 残り268日 | 18 残り267日 | 19 残り266日 | 20 残り265日 | 2 | 1 残り264日 |
| | | | | | | | | | |
| | 目標達成:□ | | 目標達成∶□ | 目標達成∶□ | 目標達瓦 | | 達成:□ | 目標達成:□ | 目標達成∶□ |
| 22 残り263日 | | 23 残り262日 | | 24 残り261日 | 25 残り260日 | 26 残り259日 | 27 残り258日 | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | 口描法式 | | | | \ * -+ | | 口 体 |
| | 目標達成:□ | | 目標達成∶□ | 目標達成:□ | 目標達瓦 | [日標: | 達成:□ | 目標達成:□ | 目標達成∶□ —————— |
| 29 残り256日 | | 30 残り255日 | | | | | | | |
| 昭和の日 | | 振替休日 | | | | | | | |
| | 目標達成:□ | | 目標達成∶□ | | | | | | |