

| 時 | スケジュール | T | I | P |
|-------|--------|---|---|---|
| 5:30 | | | | |
| 6:00 | | | | |
| 6:30 | | | | |
| 7:00 | | | | |
| 7:30 | | | | |
| 8:00 | | | | |
| 8:30 | | | | |
| 9:00 | | | | |
| 9:30 | | | | |
| 10:00 | | | | |
| 10:30 | | | | |
| 11:00 | | | | |
| 11:30 | | | | |
| 12:00 | | | | |
| 12:30 | | | | |
| 13:00 | | | | |
| 13:30 | | | | |
| 14:00 | | | | |
| 14:30 | | | | |
| 15:00 | | | | |
| 15:30 | | | | |
| 16:00 | | | | |
| 16:30 | | | | |
| 17:00 | | | | |
| 17:30 | | | | |
| 18:00 | | | | |
| 18:30 | | | | |
| 19:00 | | | | |
| 19:30 | | | | |
| 20:00 | | | | |
| 20:30 | | | | |
| 21:00 | | | | |
| 21:30 | | | | |
| 22:00 | | | | |
| 22:30 | | | | |
| 23:00 | | | | |
| 23:30 | | | | |
| 0:00 | | | | |
| 0:30 | | | | |

朝のチェックリスト

起きようと思っていた時刻は__時__分

目を覚ました時刻は__時__分

起きたときの気分は

今日の目標

| |
|--|
| |
| |
| |
| |

Not Todo

1.

2.

3.

仕事のタスク

予想時間

| | | |
|--------------------------|--|--|
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |

勉強・投資のタスク

目標時間

| | | |
|--------------------------|--|--|
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |

プライベートタスク

予定時間

| | | |
|--------------------------|--|--|
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |
| <input type="checkbox"/> | | |

メモ

| |
|--|
| |
| |
| |