

生活の振り返りシート（生活内容別）

学校生活・家庭生活・課外活動などでどのような活動をしてきたか、これまでの経験を振り返ってみましょう。それぞれの場面ごとに記入してください。

	得意だったこと・ 好きだったこと	苦手だったこと・ 嫌いだったこと	努力していたこと・ 頑張っていたこと
通園生活 (集団生活での 活動・クラブ活 動・個人での取 り組み)	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•
家庭生活 (家庭での 手伝いなど)	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•
課外活動 (習い事・地域 での活動・ボラ ンティア活動な ど)	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•
その他 (余暇活動な ど)	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•
	•	•	•