

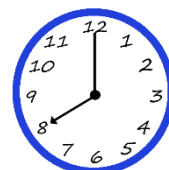


時間の使い方

決められた時間までに、
やるべきことを済ませられる人は、
「仕事が早い人」「できる人」とみられ、
人から信頼を得られます。

時間を守ることができる

時間に遅刻しないことは、
社会生活を送るうえで大切なルールです！

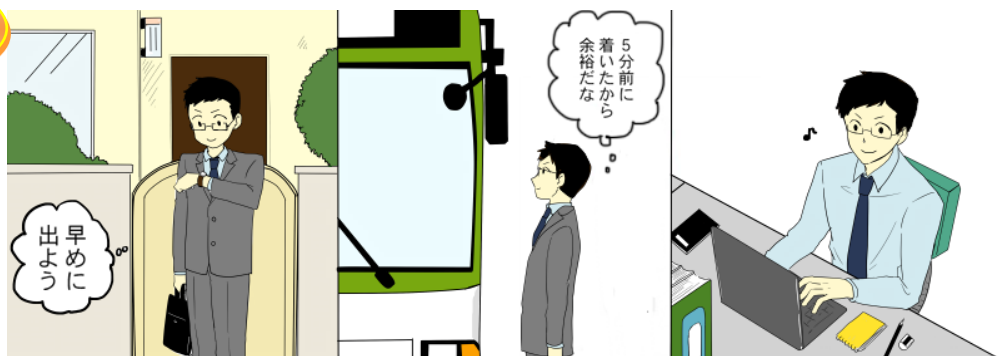


20:00 (午後 8 時)

5分前行動ができる

落ち着いて行動するためには、
時間に余裕をもつことが大切です

良い



悪い



時間を工夫して使うことができる

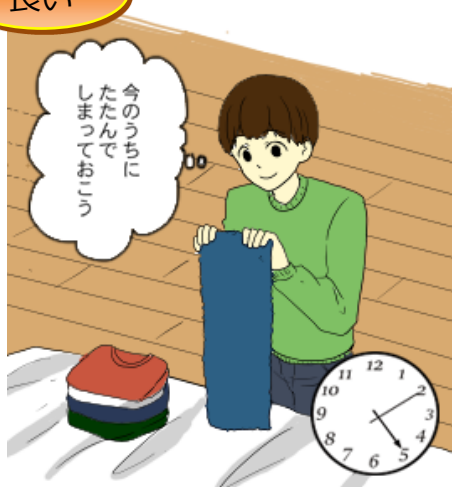
自分のやるべきことを後回しにせず、計画的に行い、
時間の管理ができるようになると、
自分のやりたいことに使える時間が確保できて
充実した生活が送れます

下の良い例と悪い例を見て

自分の生活行動を振り返ってみましょう



良い



悪い

