

朝 6時	7時	8時 ～	昼 12時	1時 ～	6時	夜 7時	8時	9時	10時 ～	11時
起床・着替え・洗顔	車で通勤	仕事 デスクワーク（パソコン）	昼食 特大カップラーメン コーラ	仕事 デスクワーク（パソコン）	車で帰宅	テレビを見ながらお菓子を食べる	お風呂 アイスを食べる	夕食 からあげ ごはん みそ汁	ゲーム	就寝

