

月	火	水	木	金	土	日	
2026年 令和8年	7月	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
㊿海の日	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31			

月	火	水	木	金	土	日	
2026年 令和8年	7月	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
㊿海の日	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31			

買い物リスト	今月期限のもの	_____	メモ