

2021年を元気に…

自分らしく充実した毎日過ごすために…



2021年1月

名前

---

どのような一年にしたいですか？（今年の目標）

継続的に取り組みを決めて実践することを書きましょう

(1)

(2)

(3)

あなたの夢は何ですか？（未来への希望）

定期的に行っている趣味があったら書いてください

自分の性格を書きだしてみましょう

何かこだわっていることがありますか？

その他（何でも自由に書いてくださいね）