

わたしのたいせつメモ

これからの暮らしで大切にしたいことをメモしておきましょう。
身近な人に伝えたり、話し合ってみることも大切です。
書きたいところから自由に記入していきましょう。



今のわたしの気持ち

大切な習慣やこれからも続けたいこと

心配なこと

自分のことを相談できる人や頼れる人

行きたいところややりたいこと

わたしの望む暮らし
～こんな暮らしがしたい～

伝えておきたいことなど、自由に

名前

記入日

年

月

日