

月 日

①したいこと

②最低限のタスク

③寝る時間 _____

月 日

①したいこと

②最低限のタスク

③寝る時間 _____

月 日

①したいこと

②最低限のタスク

③寝る時間 _____

月 日

①したいこと

②最低限のタスク

③寝る時間 _____

月 日

①したいこと

②最低限のタスク

③寝る時間 _____

月 日

①したいこと

②最低限のタスク

③寝る時間 _____