

Strategic Self-development project

in 2019



○目標達成のために必要なスキル・知識、そして現状

小テーマ もしくは分野	具体的目標(テキスト・数値・行動など)+現状

○現在の残念な状態とその原因

残念な状態	主な原因
例：数学の点数がほぼ赤点 例：勉強するのに時間が足りない	例：中学校の数学から苦手。さらに先生が苦手。 例：学校の帰りに本屋で立ち読みをしていること。
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

○残念な状態を克服するための作戦「どうしたら…できるだろうか？」

例：どうしたら嫌いな数学の先生と仲良くなって、数学の苦手な状態を克服できるだろうか？

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10



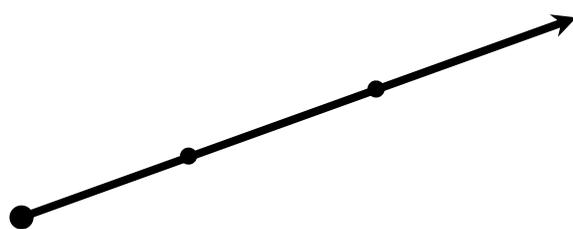
○リソースの投資意志

🕒 時間：

💰 お金：

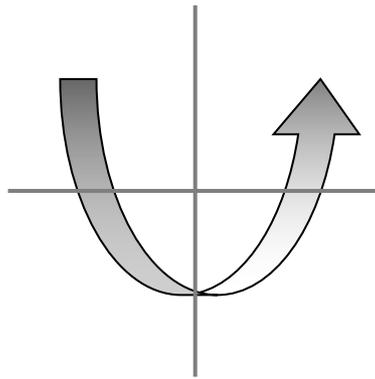
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
主に取り組むテキスト・課題							
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )

➤外的目標達成のプロセス & 通過点の確認



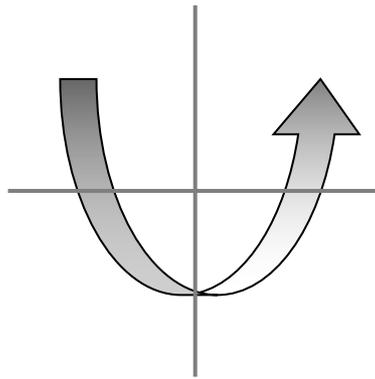
	イベント	備考
2018-12		・
<hr style="border-top: 1px dashed black;"/>		
2019-1		・
2		・
3		・
4		・
5		・
6		・
7		・
8		・
9		
10		・
11		・
12		・
<hr style="border-top: 1px dashed black;"/>		
2020-1		・
2		・
3		・
4		・
5		・
6		・
Latter		・
<hr style="border-top: 1px dashed black;"/>		
2025		・
		・

○内的目標達成のためのプロセス（ターゲット攻略）：



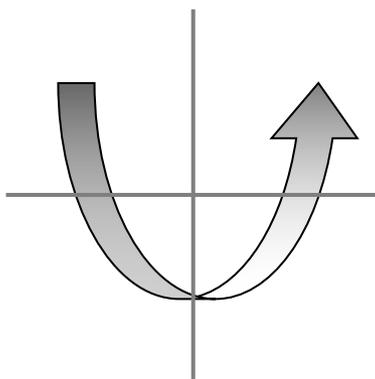
Lv	ステージ	習熟度			備考
1	【SEEING】				
2					
3					
4	【SENSING】				
5					
6					
7					
8	【CRYSTALLIZING】				
9					
10					
11					
12					
13	【PROTOTYPING】				
14					
15					

○内的目標達成のためのプロセス（ターゲット攻略）：



Lv	ステージ	習熟度			備考
1	【SEEING】				
2					
3					
4	【SENSING】				
5					
6					
7					
8	【CRYSTALLIZING】				
9					
10					
11					
12					
13	【PROTOTYPING】				
14					
15					

○内的目標達成のためのプロセス（ターゲット攻略）：



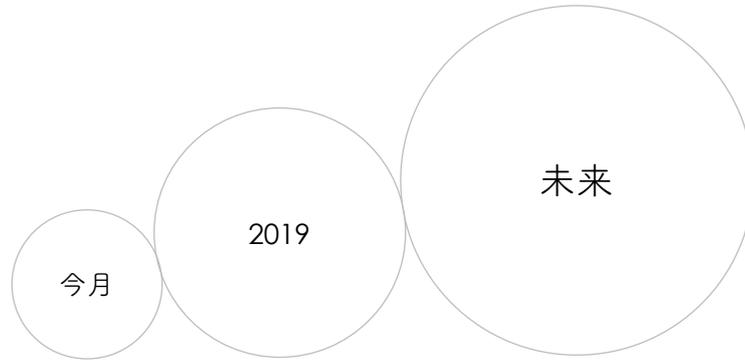
Lv	ステージ	習熟度			備考
1	【SEEING】				
2					
3					
4	【SENSING】				
5					
6					
7					
8	【CRYSTALLIZING】				
9					
10					
11					
12					
13	【PROTOTYPING】				
14					
15					

Strategic Self-development project

in 2019

Dec.	イベント	備考
Theme		
1		・
2		・
3		・
4		・
5		・
6		・
7		・
8		・
9		・
10		・
11		・
12		・
13		・
14		・
15		・
16		・
17		・
18		・
19		・
20		・
21		・
22		・
23		・
24		・
25		・
26		・
27		・
28		・
29		・
30		・
31		・
Next 3m		
After		

	イベント	備考
2018-12		・
2019-1		・
2		・
3		・
4		・
5		・
6		・
7		・
8		・
9		・
10		・
11		・
12		・
2020-1		・
2		・
3		・
4		・
5		・
6		・
Latter		・
		・
		・



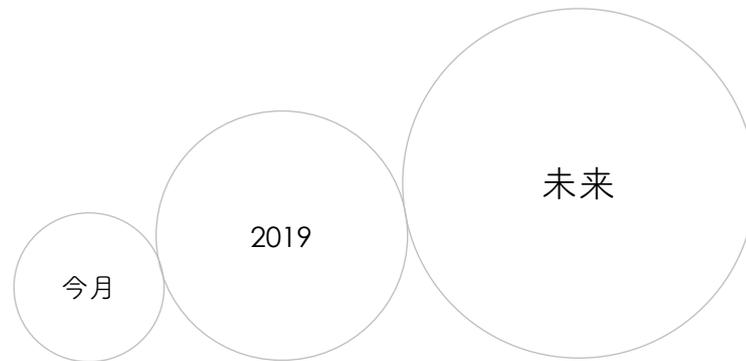
📌 今月の課題	✍ 切・備考
<input type="checkbox"/>	

2019.Jan

イベント

備考

Theme	
1	・
2	・
3	・
4	・
5	・
6	・
7	・
8	・
9	・
10	・
11	・
12	・
13	・
14	・
15	・
16	・
17	・
18	・
19	・
20	・
21	・
22	・
23	・
24	・
25	・
26	・
27	・
28	・
29	・
30	・
31	・
Next 3m	
After	



📌 今月の課題	✂ 切・備考
<input type="checkbox"/>	

Feb.	イベント	備考
Theme		
1		・
2		・
3		・
4		・
5		・
6		・
7		・
8		・
9		・
10		・
11		・
12		・
13		・
14		・
15		・
16		・
17		・
18		・
19		・
20		・
21		・
22		・
23		・
24		・
25		・
26		・
27		・
28		・
		・
		・
Next 3m		
After		



March	イベント	備考
Theme		
1		・
2		・
3		・
4		・
5		・
6		・
7		・
8		・
9		・
10		・
11		・
12		・
13		・
14		・
15		・
16		・
17		・
18		・
19		・
20		・
21		・
22		・
23		・
24		・
25		・
26		・
27		・
28		・
29		・
30		・
31		
Next 3m		
After		



April	イベント	備考
Theme		
1		.
2		.
3		.
4		.
5		.
6		.
7		.
8		.
9		.
10		.
11		.
12		.
13		.
14		.
15		.
16		.
17		.
18		.
19		.
20		.
21		.
22		.
23		.
24		.
25		.
26		.
27		.
28		.
29		.
30		.
Next 3m		
After		



May	イベント	備考
Theme		
1		.
2		.
3		.
4		.
5		.
6		.
7		.
8		.
9		.
10		.
11		.
12		.
13		.
14		.
15		.
16		.
17		.
18		.
19		.
20		.
21		.
22		.
23		.
24		.
25		.
26		.
27		.
28		.
29		.
30		.
31		
Next 3m		
After		



June	イベント	備考
Theme		
1		.
2		.
3		.
4		.
5		.
6		.
7		.
8		.
9		.
10		.
11		.
12		.
13		.
14		.
15		.
16		.
17		.
18		.
19		.
20		.
21		.
22		.
23		.
24		.
25		.
26		.
27		.
28		.
29		.
30		.
Next 3m		
After		



July	イベント	備考
Theme		
1		.
2		.
3		.
4		.
5		.
6		.
7		.
8		.
9		.
10		.
11		.
12		.
13		.
14		.
15		.
16		.
17		.
18		.
19		.
20		.
21		.
22		.
23		.
24		.
25		.
26		.
27		.
28		.
29		.
30		.
31		
Next 3m		
After		



August	イベント	備考
Theme		
1		.
2		.
3		.
4		.
5		.
6		.
7		.
8		.
9		.
10		.
11		.
12		.
13		.
14		.
15		.
16		.
17		.
18		.
19		.
20		.
21		.
22		.
23		.
24		.
25		.
26		.
27		.
28		.
29		.
30		.
31		
Next 3m		
After		



Sept.	イベント	備考
Theme		
1		.
2		.
3		.
4		.
5		.
6		.
7		.
8		.
9		.
10		.
11		.
12		.
13		.
14		.
15		.
16		.
17		.
18		.
19		.
20		.
21		.
22		.
23		.
24		.
25		.
26		.
27		.
28		.
29		.
30		.
Next 3m		
After		



Oct.	イベント	備考
Theme		
1		.
2		.
3		.
4		.
5		.
6		.
7		.
8		.
9		.
10		.
11		.
12		.
13		.
14		.
15		.
16		.
17		.
18		.
19		.
20		.
21		.
22		.
23		.
24		.
25		.
26		.
27		.
28		.
29		.
30		.
31		
Next 3m		
After		



Nov.	イベント	備考
Theme		
1		.
2		.
3		.
4		.
5		.
6		.
7		.
8		.
9		.
10		.
11		.
12		.
13		.
14		.
15		.
16		.
17		.
18		.
19		.
20		.
21		.
22		.
23		.
24		.
25		.
26		.
27		.
28		.
29		.
30		.
Next 3m		
After		



Dec.	イベント	備考
Theme		
1		.
2		.
3		.
4		.
5		.
6		.
7		.
8		.
9		.
10		.
11		.
12		.
13		.
14		.
15		.
16		.
17		.
18		.
19		.
20		.
21		.
22		.
23		.
24		.
25		.
26		.
27		.
28		.
29		.
30		.
31		
Next 3m		
After		



2020	イベント	備考
Theme		
January		
February		
March		
April		
May.		
June		
July		
August.		
Sept.~		



Weekly Log

in 2019

# December, 2018

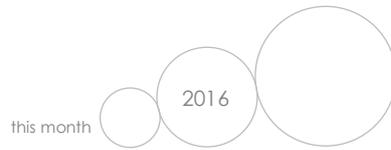
	10	11	12	13	14	15	16
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# December

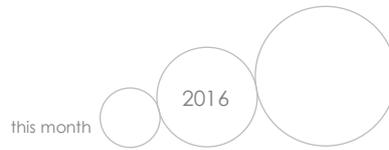
	12	13	14	15	16	17	18
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# December

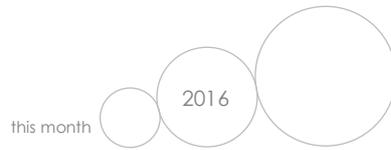
	19	20	21	22	23	24	25
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# December – January, 2019

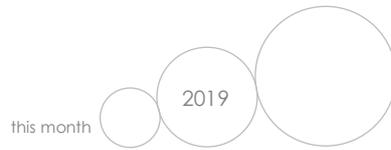
	26	27	28	29	30	31	1
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# January

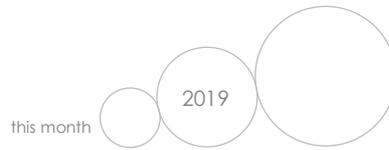
	2	3	4	5	6	7	8
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

-----

# January

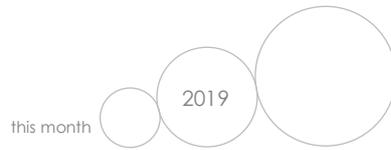
	9	10	11	12	13	14	15
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# January

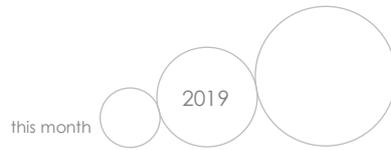
	16	17	18	19	20	21	22
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

<p>月 日</p> <p>■今日の反省と気づき&amp;改善策</p> <p>■今日の成果、成長、そして感謝</p> <p>■明日への応援</p>	<p>月 日</p> <p>■今日の反省と気づき&amp;改善策</p> <p>■今日の成果、成長、そして感謝</p> <p>■明日への応援</p>	<p>月 日</p> <p>■今日の反省と気づき&amp;改善策</p> <p>■今日の成果、成長、そして感謝</p> <p>■明日への応援</p>
<p>月 日</p> <p>■今日の反省と気づき&amp;改善策</p> <p>■今日の成果、成長、そして感謝</p> <p>■明日への応援</p>	<p>月 日</p> <p>■今日の反省と気づき&amp;改善策</p> <p>■今日の成果、成長、そして感謝</p> <p>■明日への応援</p>	<p>月 日</p> <p>■今日の反省と気づき&amp;改善策</p> <p>■今日の成果、成長、そして感謝</p> <p>■明日への応援</p>
<p>月 日</p> <p>■今日の反省と気づき&amp;改善策</p> <p>■今日の成果、成長、そして感謝</p> <p>■明日への応援</p>	<p>■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p>	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

-----

# January

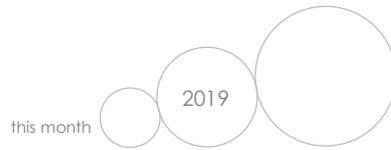
	23	24	25	26	27	28	29
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

-----

# January - February

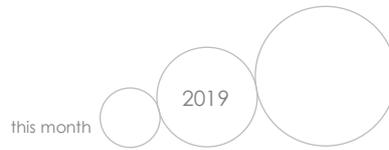
	30	31	2/1	2	3	4	5
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

-----

# February

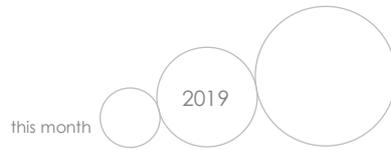
	6	7	8	9	10	11	12
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# February

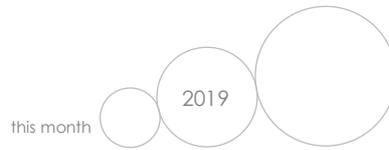
	13	14	15	16	17	18	19
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# February

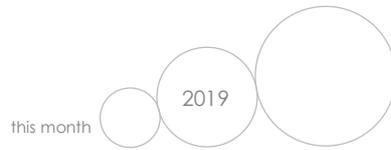
	20	21	22	23	24	25	26
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

-----

# February - March

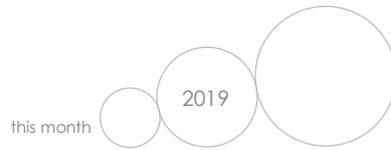
	27	28	3/1	2	3	4	5
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# March

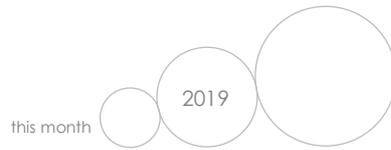
	6	7	8	9	10	11	12
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# March

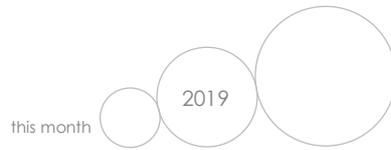
	13	14	15	16	17	18	19
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# March

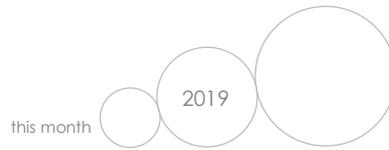
	20	21	22	23	24	25	26
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# March - April

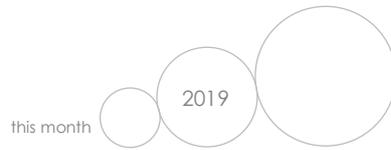
	27	28	29	30	31	4/1	2
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

-----

# April

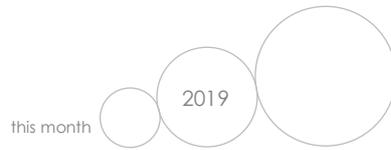
	3	4	5	6	7	8	9
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# April

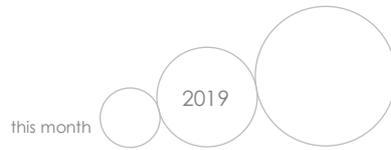
	10	11	12	13	14	15	16
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# April

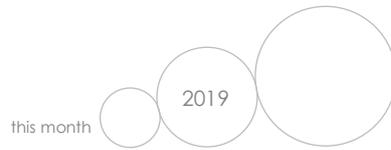
	17	18	19	20	21	22	23
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# April

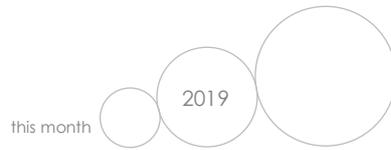
	24	25	26	27	28	29	30
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# May

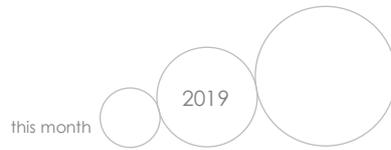
	1	2	3	4	5	6	7
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |       |  |       |
|--------------------------|-------|--|-------|
| <input type="checkbox"/> | ..... | <input type="checkbox"/>               | ..... |
| <input type="checkbox"/> | ..... | <input type="checkbox"/>               | ..... |
| <input type="checkbox"/> | ..... | <input type="checkbox"/>               | ..... |
| <input type="checkbox"/> | ..... | <input type="checkbox"/>               | ..... |
| <input type="checkbox"/> | ..... | <input type="checkbox"/>               | ..... |
| <input type="checkbox"/> | ..... | <input type="checkbox"/>               | ..... |
| <input type="checkbox"/> | ..... | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ]   |
| <input type="checkbox"/> | ..... | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ]   |
| <input type="checkbox"/> | ..... | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ]   |
| <input type="checkbox"/> | ..... | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ]   |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# May

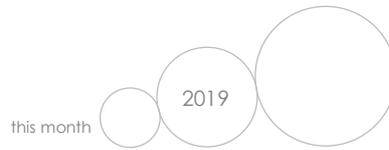
	8	9	10	11	12	13	14
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

-----

# May

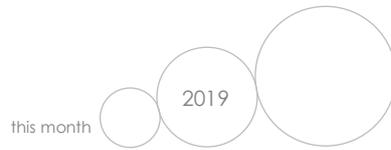
	15	16	17	18	19	20	21
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# May

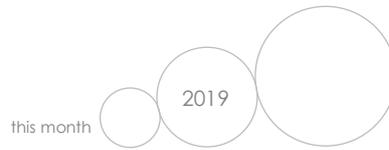
	22	23	24	25	26	27	28
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# May - June

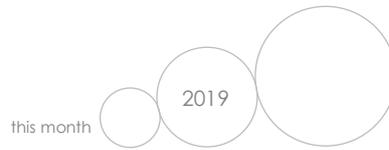
	29	30	31	6/1	2	3	4
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# June

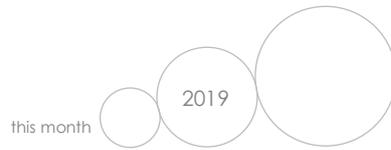
	5	6	7	8	9	10	11
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

-----

# June

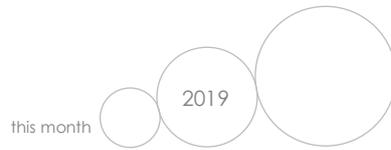
	12	13	14	15	16	17	18
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# June

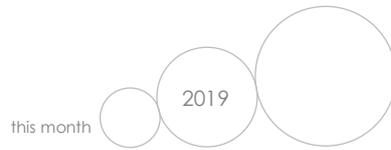
	19	20	21	22	23	24	25
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# June - July

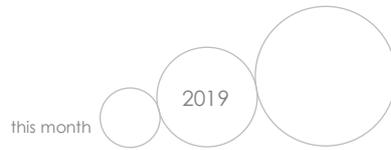
	26	27	28	29	30	7/1	2
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# July

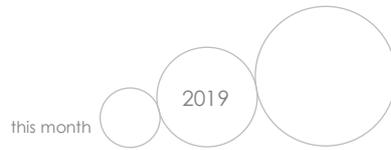
	3	4	5	6	7	8	9
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# July

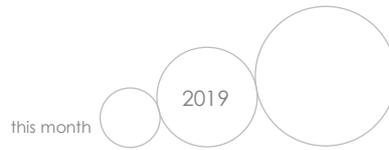
	10	11	12	13	14	15	16
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# July

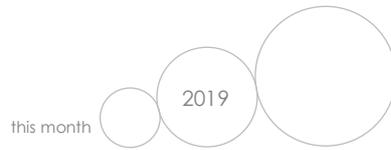
	17 <i>mon</i>	18 <i>tue</i>	19 <i>wed</i>	20 <i>thu</i>	21 <i>fri</i>	22 <i>sat</i>	23 <i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# July

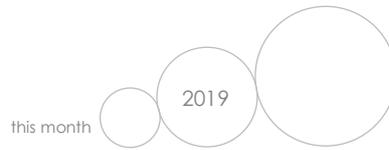
	24	25	26	27	28	29	30
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

-----

# July - August

	31	1	2	3	4	5	6
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

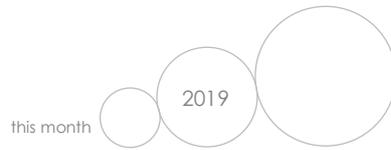
## ■ To Do List & Comment

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- 2B [ ]
- 2B [ ]
- 2B [ ]
- 2B [ ]

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# August

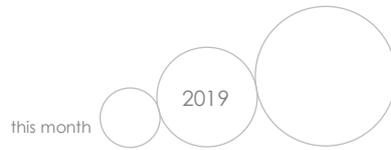
	7	8	9	10	11	12	13
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# August

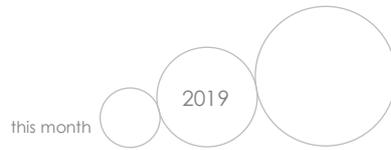
	14	15	16	17	18	19	20
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# August

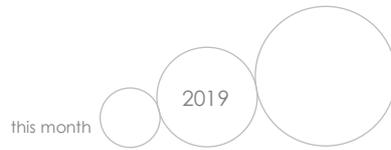
	21	22	23	24	25	26	27
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----
-----
-----

# August - September

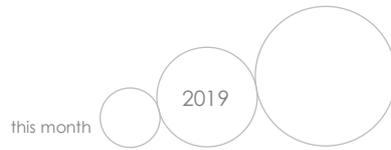
	28	29	30	31	9/1	2	3
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# September

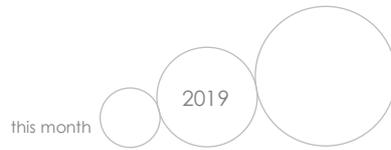
	4	5	6	7	8	9	10
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# September

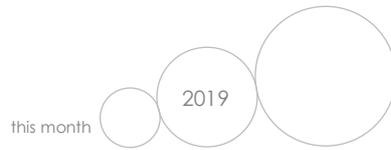
	11	12	13	14	15	16	17
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# September

	18 <i>mon</i>	19 <i>tue</i>	20 <i>wed</i>	21 <i>thu</i>	22 <i>fri</i>	23 <i>sat</i>	24 <i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

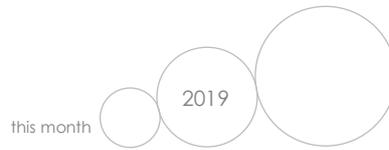
## ■ To Do List & Comment

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- 2B [ ]
- 2B [ ]
- 2B [ ]
- 2B [ ]

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# September - October

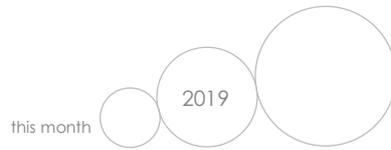
	25	26	27	28	29	30	10/1
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# October

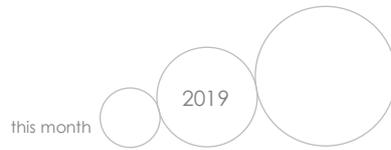
	2	3	4	5	6	7	8
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# October

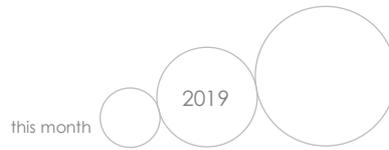
	9 <i>mon</i>	10 <i>tue</i>	11 <i>wed</i>	12 <i>thu</i>	13 <i>fri</i>	14 <i>sat</i>	15 <i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# October

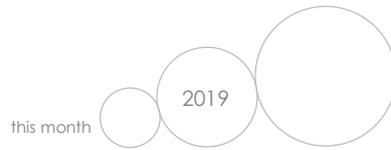
	16	17	18	19	20	21	22
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# October

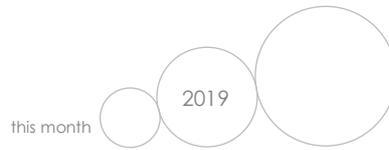
	23	24	25	26	27	28	29
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# October - November

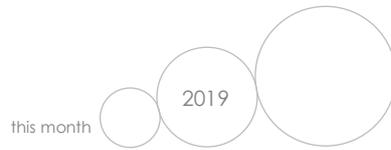
	30	31	11/1	2	3	4	5
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# November

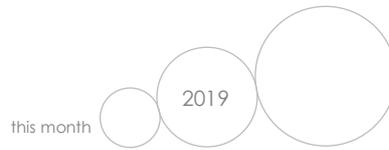
	6	7	8	9	10	11	12
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# November

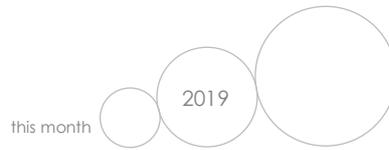
	13	14	15	16	17	18	19
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

# November

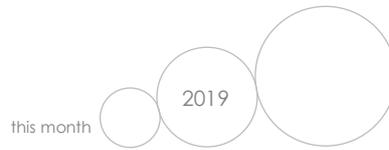
	20	21	22	23	24	25	26
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# November - December

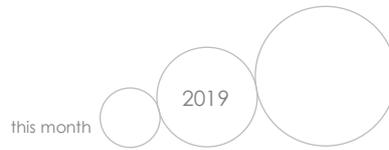
	27	28	29	30	12/1	2	3
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

-----

# December

	4	5	6	7	8	9	10
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

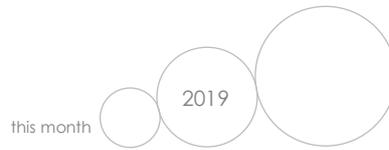
## ■ To Do List & Comment

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- 2B [ ]
- 2B [ ]
- 2B [ ]
- 2B [ ]

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# December

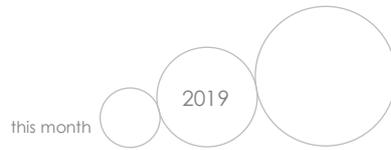
	11	12	13	14	15	16	17
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

-----

# December

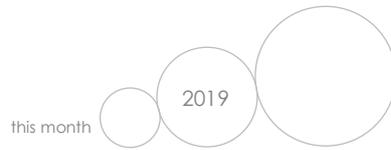
	18	19	20	21	22	23	24
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

# December

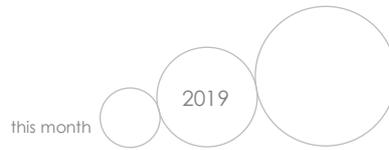
	25	26	27	28	29	30	31
	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

## ■ To Do List & Comment

- |                          |  |     |
|--------------------------|--|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>               |     |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |
| <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> 2B | [ ] |

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[            ]
[            ]
[            ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

月 日
■今日の反省と気づき&改善策
■今日の成果、成長、そして感謝
■明日への応援

■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！
-----
-----
-----
-----

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----

-----

-----

	<i>mon</i>	<i>tue</i>	<i>wed</i>	<i>thu</i>	<i>fri</i>	<i>sat</i>	<i>sun</i>
Daily Task							
4:00							
8:00							
12:00							
16:00							
20:00							
00:00							
Record							

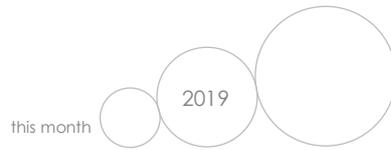
**■ To Do List & Comment**

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- 2B [ ]
- 2B [ ]
- 2B [ ]
- 2B [ ]

➤今週の重点項目：

■目指すべきゴール・夢 & 今週の心がけの再確認



■今週の定点観測

[ ]
[ ]
[ ]

■日々の反省&感謝&応援！

月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援
月 日 ■今日の反省と気づき&改善策  ■今日の成果、成長、そして感謝  ■明日への応援	■今週の気づき、学び、ひらめき、いつかやってみよう！ ----- ----- ----- ----- -----	

■今週の反省と来週へのバトン なぜできなかった？→どうすればできた？

-----  
-----  
-----  
-----

presented by



**J-Education co.,ltd**  
Developing your potential

2018.12.09