

WEEKLY GOAL

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

SUN

TOP GOALS

DATA : 2020.

TOP GOALS

TO-DO LIST

SCHEDULE	
	0
	1
	2
	3
	4
	5
	6
	7
	8
	9
	10
	11
	12
	13
	14
	15
	16
	17
	18
	19
	20
	21
	22
	23
	24

KANAYU-REFILE

KANAYU-REFILE

Lined writing area for notes and tasks.

LOOKING BACK ON THIS WEEK

DEKITA! ●今週「できたこと」は?

→できたこと、好きな自分を発見したら思いっきりほめよう!今週もよく頑張りました!

WISH ●今週「やりたくなったこと」は? ●

→すぐできそうなことは来週のタスクリストへ、すぐにできないことは【WISH リスト】へ転記しよう!

MOYA-SAMA ●今週「モヤモヤしたこと」は? ●

→モヤモヤすることの中には宝物がある…かも!?余裕があったら「どうしてそう思う?」を書き出して本当の気持ちを洗い出してみよう!

MEMO ●今週「大事」と思ったことは? ●

→今週「大事」と思ったことを何でも記入するスペース。心に残った格言などは【価値観】のページへ転記しよう!

KANAYU-REFILE

KANAYU-REFILE

THIS WEEK'S GOAL

ME

OTHER

TODAY WAS A GOOD DAY

M T W T F S S

1

2

3