



自分を愛するための 4行日記


1週間用

毎日3つの「頑張ったこと」「よかった事」「嬉しかった事」を探しましょう。そして4行目にはあなたへの優しいメッセージを一言添えてあげましょう。

月

-
-
-

メッセージ



火

-
-
-

メッセージ

水

-
-
-

メッセージ

木

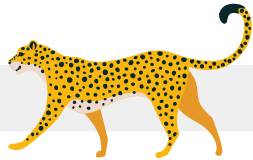
-
-
-

メッセージ

金

-
-
-

メッセージ



土

-
-
-

メッセージ

日

-
-
-

メッセージ

