






【今日の気持ちの詰まりを知る】

No. _____

	染みわたった場所	バロメーター	記録
月 日		好き・普通・嫌い 点数: 点	
月 日		好き・普通・嫌い 点数: 点	
月 日		好き・普通・嫌い 点数: 点	
月 日		好き・普通・嫌い 点数: 点	
月 日		好き・普通・嫌い 点数: 点	