

— ごあいさつ —

ダウンロードしてくださり、ありがとうございます。能率手帳ゴールド小型版用の貼るだけシートです。
フォーマットを手書きで書くのが苦手という方のために作りました。楽しんでいただければ嬉しいです♡

Review2021 1年間のふりかえり 	Review2021 1年間のふりかえり 
1 <i>jan</i>	7 <i>jul</i>
2 <i>feb</i>	8 <i>aug</i>
3 <i>mar</i>	9 <i>sep</i>
4 <i>apr</i>	10 <i>oct</i>
5 <i>may</i>	11 <i>nov</i>
6 <i>jun</i>	12 <i>dec</i>

Plan2022 今年の目標 	Plan2022 今年の目標 
1 <i>jan</i>	7 <i>jul</i>
2 <i>feb</i>	8 <i>aug</i>
3 <i>mar</i>	9 <i>sep</i>
4 <i>apr</i>	10 <i>oct</i>
5 <i>may</i>	11 <i>nov</i>
6 <i>jun</i>	12 <i>dec</i>

- 使い方のヒント -

やりたいことリスト・しないことリスト

30個記入できるようにしました。終わったものは線を引いたり、最後にチェックマークをつけたりお好みでお使いください。
ストレス解消リスト：これをすれば大丈夫な自分をケアするためのリストです。好きなことを書いてください。

ToDo list 30 やりたいことリスト 		ToDo list 30 やりたいことリスト 	
NO.	TODO	NO.	TODO
1		16	
2		17	
3		18	
4		19	
5		20	
6		21	
7		22	
8		23	
9		24	
10		25	
11		26	
12		27	
13		28	
14		29	
15		30	

Not ToDo list しないことリスト 		Coping list 2022 ストレス解消リスト 	
NO.	NOT TODO	NO.	LIST
1		1	
2		2	
3		3	
4		4	
5		5	
6		6	
7		7	
8		8	
9		9	
10		10	
11		11	
12		12	
13		13	
14		14	
15		15	

ー 使い方のヒントー

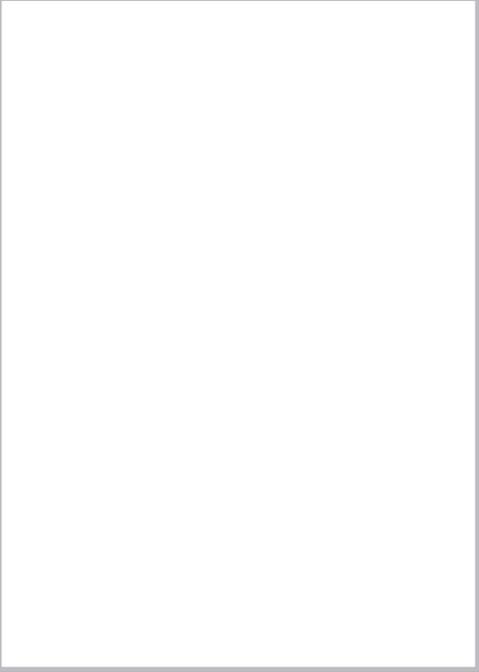
欲しいものリスト：欲しいものを記録して、レビューまでできるようにしました
手帳会議：2022年と2023年の手帳会議の記録にどうぞ。好きに書けるように方眼にしました。

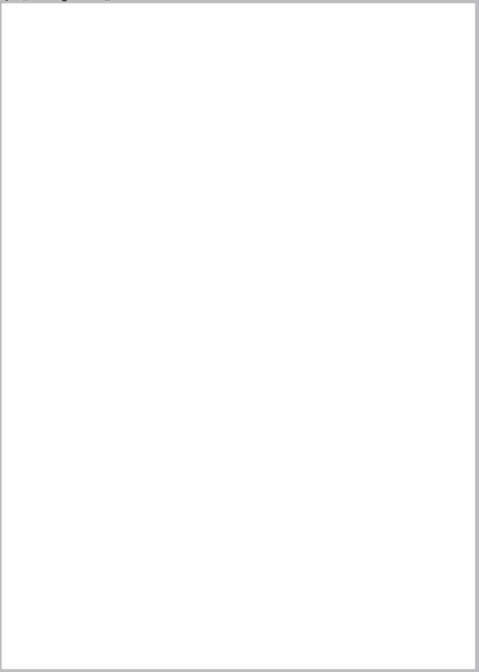
Wish list 				Wish list 			
欲しいものリスト				欲しいものリスト			
DATE	ITEM	PRICE	REVIEW	DATE	ITEM	PRICE	REVIEW
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆
/			☆☆☆☆☆	/			☆☆☆☆☆

Planner Meeting 		Planner Meeting 	
手帳会議 2022		手帳会議 2023	
ROLE	PLANNER	ROLE	PLANNER

- 使い方のヒント -

記念写真：記念に撮影した写真を貼っておけます。L版の半分のサイズです。記念日の記録にどうぞ^^

<p>Memento Photo 記念写真</p>   <hr/> <hr/>	<p>Memento Photo 記念写真</p>   <hr/> <hr/>
--	---

<p>Memento Photo 記念写真</p>   <hr/> <hr/>	<p>Memento Photo 記念写真</p>   <hr/> <hr/>
---	--

ダウンロードありがとうございました^^来年も良い年になりますように。

ー 使い方のヒントー

子供の成長記録：個人情報と12ヶ月の成長記録をメモできます。簡易の育児日記に便利です。

<h1>Memory</h1> <p>成長記録</p>  <div style="border: 1px solid black; height: 250px; width: 100%;"></div>	<p>1 jan</p> <hr/> <p>2 feb</p> <hr/> <p>3 mar</p> <hr/> <p>4 apr</p> <hr/> <p>5 may</p> <hr/> <p>6 jun</p> <hr/> <p>7 jul</p> <hr/> <p>8 aug</p> <hr/> <p>9 sep</p> <hr/> <p>10 oct</p> <hr/> <p>11 nov</p> <hr/> <p>12 dec</p>
名前：..... 年齢： 歳	
クラス：.....	
身体測定（ 月 日）	
身長：..... cm / 体重：..... kg	
足のサイズ：..... cm	

<h1>Memory</h1> <p>成長記録</p>  <div style="border: 1px solid black; height: 250px; width: 100%;"></div>	<p>1 jan</p> <hr/> <p>2 feb</p> <hr/> <p>3 mar</p> <hr/> <p>4 apr</p> <hr/> <p>5 may</p> <hr/> <p>6 jun</p> <hr/> <p>7 jul</p> <hr/> <p>8 aug</p> <hr/> <p>9 sep</p> <hr/> <p>10 oct</p> <hr/> <p>11 nov</p> <hr/> <p>12 dec</p>
名前：..... 年齢： 歳	
クラス：.....	
身体測定（ 月 日）	
身長：..... cm / 体重：..... kg	
足のサイズ：..... cm	