

ふり返りシート

(未来へのハッピーパスポート)

氏名()

やってみて、今の気持ちは？ をつけて下さい。

やる気バッチリ 気分すっきり かなりもやもや ちょっともやもや
その他()

そのわけは？

意欲的に取り組むことができましたか。



今日のようなエクササイズは自分のためになると思いますか。



今日のエクササイズで感じたこと、気づいたことなど何でも書いて下さい。
