

# 私のお気に入りダイアリー

今後予定している行事や、楽しみ、目標などがあったら、ここに書き出してみませんか？自分らしい毎日を送るための目標ができると、新たな意欲が生まれるきっかけになるかもしれません。今後の予定や目標を医療者に伝える「通信ページ」としてもご利用ください。

## 予定している行事・イベント など

年 月 日	内 容
例) 2020/3/15 (日)	家族と食事会

## 楽しみ・好きなこと など

例) ウォーキング、ゴルフ



## やってみたいこと・目標 など

例) 登山、海外旅行

