生活・活動・仕事改善シート　　　　　　　　　　　令和　年　　月　　日

【生活】

|  |  |
| --- | --- |
| 改善したい悩みの具体的内容 | 悩みを一言で表現すると |
|  |  |

【活動】

|  |  |
| --- | --- |
| 改善したい悩みの具体的内容 | 悩みを一言で表現すると |
|  |  |

【仕事】

|  |  |
| --- | --- |
| 改善したい悩みの具体的内容 | 悩みを一言で表現すると |
|  |  |