

こうどう かせいか まっぷ

ふせん にかいて ペタペタ はってね!

かんたん で よい 行動 を 見つけよう!



心のグラフ も よろしくね!



よい

りょこう

お風呂

かうんせいんぐ

おんがく

心のグラフ

おすすめ
の 行動



すたれっち

おさんぽ

かんたん

むずかしい

おかいもの

おすすめ
できない
行動

ゆーちゅーぶ

リスカ

オーバードーズ



つくったら めだつところに はってね!

よくない

いんさつして つかってね!

ココロ

