

## 目標を決めてチャレンジしよう！

あなたが今まで目標を決めてやりとげたことを書いてみましょう。

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

今度は、その時にどんな気持ちになったか思い出して書いてみましょう。

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---