

1 分間 TO DO リスト (月 日)

今日の2大目標

①

②

4:00

5:00

6:00

7:00

8:00

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

23:00

自分の成長
(勉強・読書)

人生を
楽しむ

仕事

雑用