

参加日

氏名

ワーク 1) 健康は何から出来ているのだろう？

ワーク 2) 今の自分の健康度を評価して見える化してみよう！

身体	☆☆☆☆☆	精神性・価値観	☆☆☆☆☆
心	☆☆☆☆☆	環境	☆☆☆☆☆
人間関係	☆☆☆☆☆	学校・役割	☆☆☆☆☆
学び	☆☆☆☆☆	お金	☆☆☆☆☆

ワーク 3) 健康は何から出来ているのだろう？

感想（自由記述）