

# 4ジャンルから自分の大切にしたい価値観を見つける（1）

## 人間関係

現状 / 10点



どんな人間関係を作りたい？  
その人たちと一緒に長く続けたいことは何？

その人たちとどう接したい？  
どんなふうに振る舞うのが理想の自分？

自分のどんな個性を育てたい？

今は何ならできてる？

何が足りてないと感じる？

あと1点増えたらどんな状態？

増やすために今から何ができそう？

## 成長・健康

現状 / 10点



どんな活動を始めたい（再開したい）？

どんなグループやチームに入りたい？

今は何ならできてる？

何が足りてないと感じる？

あと1点増えたらどんな状態？

増やすために今から何ができそう？