

◎ このシートでは、生まれてから今までの自分をふり返ります。  
 私たちの人生には嬉しいこと・悲しいこと人それぞれのできごとがあります。  
 今までの自分を客観的にふり返ってみましょう。

じぶん史 ～わたしの歩んできた道～

記入者氏名：

とき(年月)・年齢	①本人の体のようす (病気やけがの状況)	②本人・家族の今までの できごと・心のようす	③本人・家族の仕事・ 暮らしむきのようす

◎ このシートでは、生まれてから今までの自分をふり返ります。  
 私たちの人生には嬉しいこと・悲しいこと人それぞれのできごとがあります。  
 今までの自分を客観的にふり返ってみましょう。

じぶん史 ～わたしの歩んできた道～

記入者氏名：

とき(年月)・年齢	①本人の体のようす (病気やけがの状況)	②本人・家族の今までの できごと・心のようす	③本人・家族の仕事・ 暮らしむきのようす