

 PERSONAL MEMO

電話番号

____ - ____

血液型： _____ 型

★緊急の場合の連絡先（電話番号）

____ - ____

____ - ____

この手帳を拾った方は恐れ入りますが
ご連絡下さるようお願いいたします。



<http://www.zowie.cc/>

いつも心がウキウキワクワクするように過ごす・家族に優しくする・人に親切にする
・当たり前的事や小さな事にも感謝する・笑顔で過ごす・時には呼吸に集中してみる 12

Thu	Fri	Sat	Sun
	1	2	3
7	8	9	10
14	15	16	17
21	22	23	24 X'mas Eve
28	29	30	31 大晦日



<http://www.zowie.cc/>

Zowie's Room

Zowie's Room