

# 暮らしを整える 小さなヒントカード 10枚セット

A4サイズで印刷して、切り取ってお使いください。

031

今日の小さなヒント

買ってきたものを、  
ひとつだけ  
すぐ片付ける。



今日片付けたもの

---

---

---

---

---

032

今日の小さなヒント

いつもの家事を、  
ひとつだけ  
早めに終わらせる。



前倒しできた家事

---

---

---

---

---

033

今日の小さなヒント

休憩するときは、  
いったん  
手を止める。



休憩したこと

---

---

---

---

---

034

今日の小さなヒント

バッグの中から、  
いらないものを  
ひとつ出す。



手放したもの

---

---

---

---

---

035

今日の小さなヒント

読みたい本を、  
手に取りやすい  
場所に置いておく。



読みたい本

---

---

---

---

---

036

今日の小さなヒント

今日使う文房具を、  
ひとつ選んで  
みる。



今日使う文房具

---

---

---

---

---

037

今日の小さなヒント

夕方に、  
今日できたことを  
ひとつ確認する。



今日できたこと

---

---

---

---

---

038

今日の小さなヒント

夕方に、  
明日の予定を  
ひとつ決める。



明日の予定

---

---

---

---

---

039

今日の小さなヒント

家事の途中に、  
お茶を一杯  
ゆっくり飲む。



飲んだもの・感じたこと

---

---

---

---

---

040

今日の小さなヒント

今日使った場所を、  
ひとつだけ  
元に戻す。



元に戻した場所

---

---

---

---

---