

質問1 仕事以外の要因を考えよう

下記のヒントを参考に、モヤモヤの要因や気づいたことを書き出しましょう。

ヒント1 都会暮らしに「モヤモヤ」してませんか？

都会暮らしに対する
「モヤモヤ」は？

特にない

コロナ禍/首都直下型地震/
地方移住者増の流れに
対して感じることは？

特にない

その他 感じたこと・メモ

ヒント2 趣味・生活を楽しめていますか？

場所が要因で
趣味を楽しめていない？

特にない

金銭的要因で
我慢していることは？

特にない

混雑や移動時間が
気になる？

特にない

その他 感じたこと・メモ

ヒント3 新しい環境で出会った人や友人との関係は良好ですか？

友人との時間を
楽しく過ごせている？

問題ない

新しい環境での
友人関係は良好？

問題ない

その他 感じたこと・メモ

仕事以外に「モヤモヤ」の要因がありそうですか？

上記の回答をもとに、考えをまとめてみましょう。