

「ギャンブル等について考えてみませんか」付録カレンダー

カレンダー

ギャンブル等行動を毎日記録してみましょう



目標

- ギャンブル等をやめる
- ギャンブル等とうまく付き合う
 - 1回のギャンブル等に費やすお金 1回 円までにする
 - 1カ月のギャンブル等をする日数 1カ月 日以内ににする
- その他 []

カレンダー

月	記録方法						
	月	火	水	木	金	土	日