

STEP 1 考える

もやっと  
正常化シート

## 02. 目的



あなたがめざす理想の家の状態は？  
迷ったときの指針にするために  
キャッチフレーズのように書いてみよう！

## 01. 現状を把握する



モヤっとポイントはなに？  
「今困っていること」をおもいつくままに  
書き出してみよう！

## 03. 原因を追究する



「これが問題点かな？」とおもうことを  
書き出してみよう。  
原因は『人』ではなく『環境』にあり！

## 04. 解決策を考える



「こうしたら良くなる？」とおもうことを  
書き出してみよう。  
できるだけ具体的に書けるとGOOD！