

Re:Life

活動レベル1

はじめての一步ガイド



Re:Life 活動レベル1 はじめの一步ガイド

— 自己肯定感と幸福感を育むために —



はじめに

このガイドは、すでに「活動レベル診断」でレベル1と判定されたあなたが、気軽にコンテンツに取り組み始めるための「手順」と「よくある質問」をまとめたPDFです

こんな方におすすめ

- 何から始めればいいのかわからない方
- まずは気軽に体験して、続けられるか確かめたい方
- 小さな成功体験を積み重ねて、自信をつけたい方

活用の手順

STEP 1

無料コンテンツで
安心体験



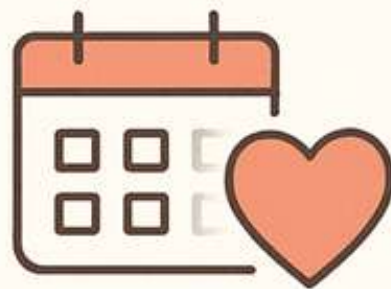
STEP 2

おすすめ記事で
理解を深める



STEP 3

プチワークで
実感する



STEP 4

フォーラム&AI
サポートで継続

