

カウンセリングスケジュール

1. 今日の目標を設定して、ゴールイメージを決めます
2. カウンセリングシートを記入していただきます
3. カウンセリングシートをもとにお話を伺います
4. なぜ太っているのか解説をします
5. 現状に合わせたダイエットの攻略法をお伝えします
6. 質問などにお答えします
7. 3ヶ月後にどうなっていたいか、目標を決めます
8. それを達成するための最初の一步を決めます
9. 今日お話をしてきたダイエット習慣の要点をまとめます

・今日の目標（カウンセリング後に何を得ていたいですか？）

| |
|--|
| |
|--|