

自己管理

グイニヤト かやろ筋から 子より味深及だ
あゝん太ハ干口やせたと 言って いた

顔を見る マスウが 見るから

よく かわらう ずい

ずると ほろわし と 言われん け あり だ

マスウを 取う 凡

う少一 やつれ 凡 か 石 け ず つ とい

急 晩 あり いて いる そろ だ

走の 朱く だ ず だ

可なり とい きて いて いる

太の け け 必要 以上 だ だ へ して ず ず

ただ 単に 多く だ べ いて いる だ け ず け

ついで どの け

倉で して ず ず 栗 団 の こと づ 本 け け づ け

心が 志 原 しい こと 存 け け し ら け け し た ぐ

存す それで ち 存 して だ 解 少 ず ず け け け け

存 け け 出 来 だ ず け け だ だ け け け け

口にも して 行 け け け け け

自分 とも ち ん け け け け け け け け け け け け

い
は
が

そ
う
だ

ス
レ
ス
と
氣
が
つ
い
た

氣
が
つ
い
た
以
こ

ま
た
存
こ
と
ほ
し
を
く
存
い

こ
れ
か
う
け
や
た
う
け
へ
物
を
も
っ
て
行
く
の
は

中
止
だ

今
子
で
と
お
り

朝
夕
の
合
手
を
き
り
ん
と
お
り

予
合
する
も
う
は
食
べ
ない

居
え
に
居
え
た
き
子
つ
た
ま
り
を
食
べ
ない
の
が

不
和
存
こ
と
だ
と

妙
か
う
て
い
ま
ど
し
あ
ら

と
自
分
を
こ
か
う
て
い
る

自
分
の
つ
く
う
た
ル
ー
ル
を
守
ら
れ
た
事
だ
い
な

2022
10/4