日付	感謝の行動をしたか？	ポジティブな考え方を保てたか？	運気が良いと感じたか？	その他の気付き
2024-11-01	はい	はい	はい	清掃で気分が良くなった
2024-11-02	はい	いいえ	普通	少し疲れていた