

Commit ToDo

“確実に目標を達成”したいなら、

さあ、始めよう



Commit ToDoへサインイン

ユーザー名

パスワード

サインイン

[まだアカウントがない方はこちら →](#)

[パスワードをお忘れですか? →](#)



ユーザー名は覚えてるかな？

始めにユーザー名を入力してください

ユーザー名



続ける

[トップ画面に戻る](#) →

秘密の質問

Q. あなたの好きな食べ物は？

秘密の質問の答え

解答

[トップ画面に戻る](#) →



パスワード変更

新しいパスワード入力

新しいパスワード入力

設定

[トップ画面に戻る](#) →



パスワード変更完了

パスワードの変更が完了しました。
サインインしてみましょう！

さあ始めよう



ユーザー新規作成

好きなユーザー名、パスワード、秘密の質問の答えを設定しよう

ユーザー名

パスワード

Q. あなたの好きな食べ物は？

秘密の質問の答え



登録

[トップ画面に戻る](#) →

ユーザー登録確認

これで良いかな？

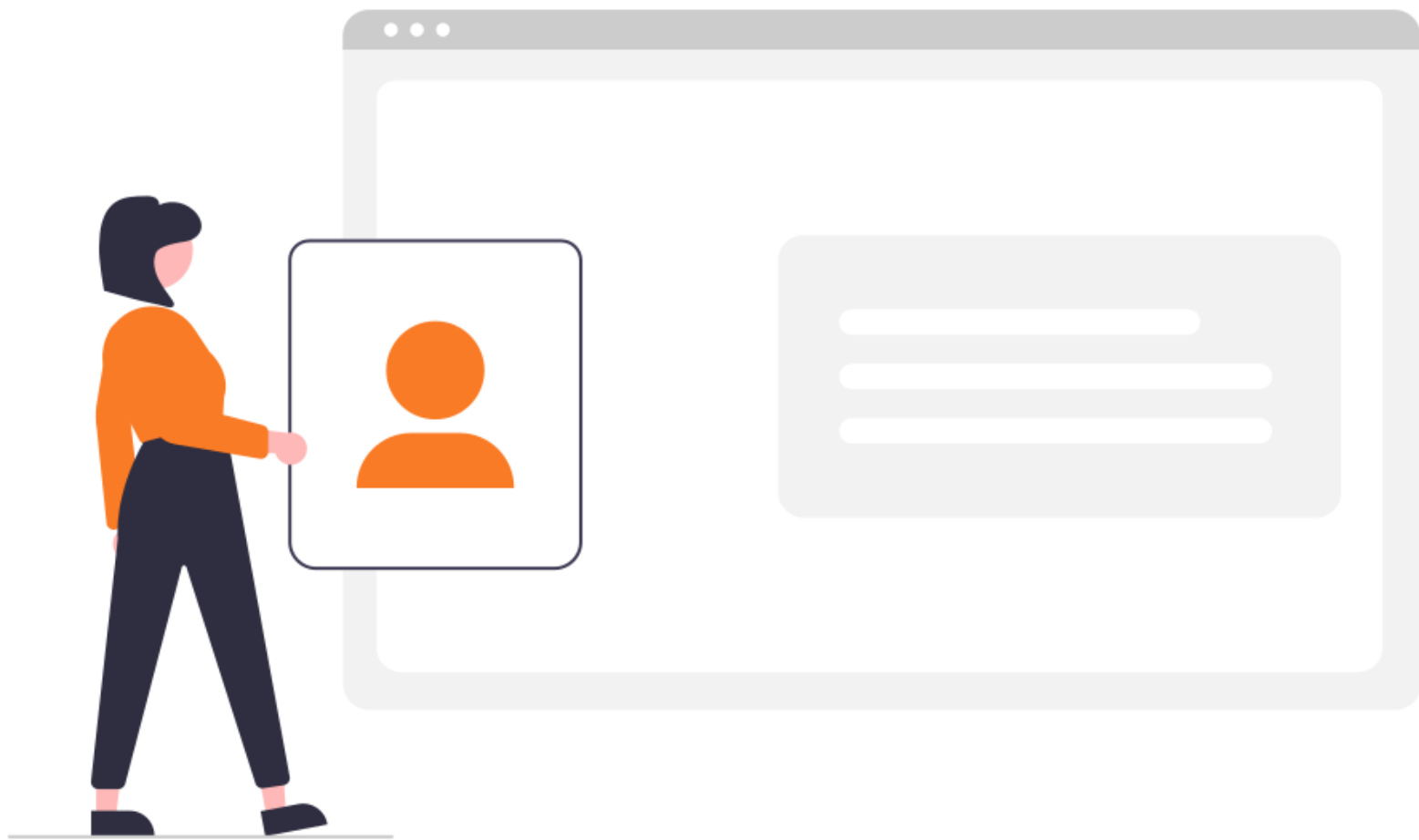
ユーザー名：XXXXXXXX

パスワード：●●●●●●

秘密の答え：●●●●●●

完了

[1 つ前の画面に戻る](#) →



ユーザー登録完了

お疲れ様です。
それでは、行ってらっしゃい！

さあ、始めよう

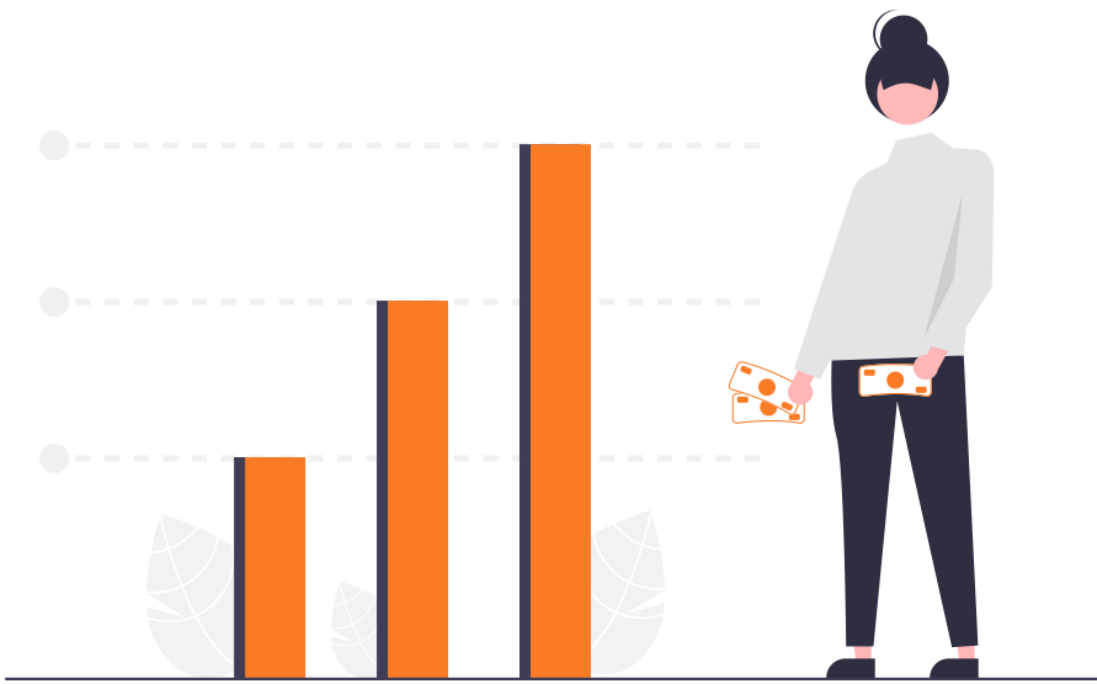


Goal設定

step 1/3

あなたの達成したい目標を教えてください。

例) -5kg痩せる



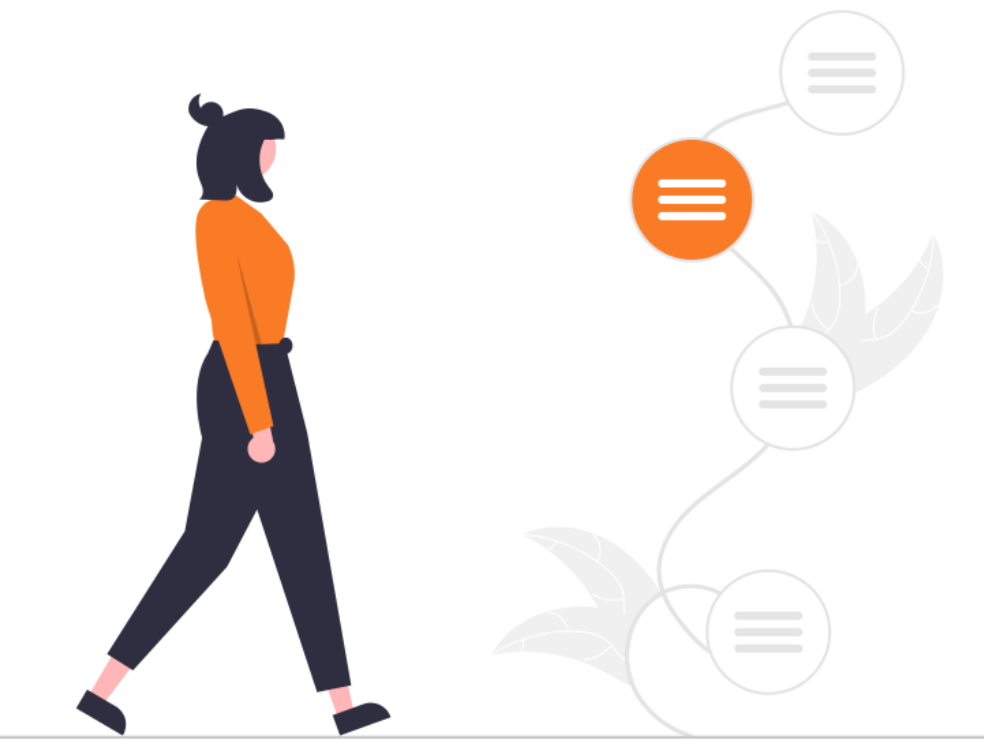
Goal設定 - reason -

step 2/3

“○○○○○○○”
良い目標ですね！
では次に、その目標を達成する理由を考えてみましょう！

“○○○○○○○”を達成したいのはなぜですか？（最低でも1回は、why?を問うてみましょう。）

理由①：XXXXXXXXXXXXX
理由②： . . .



例) カッコ良い体になりたいから

追加

入力終了

Goal設定 - image up -

step 3/3

目標：○○○○○○○
理由①：XXXXXXXXXXXXX
理由②： . . .

理由を掘り下げられたみたいですね。
では次に、あなたの目標が達成された時に、したいことはありますか？
買いたい物や、見せたい人、行きたい場所など、自由に具体的に記入してみましょう。

例)

- ・ロサンゼルスベニスビーチを水着で歩く
- ・ヤンキーにビビらず背中を広げて歩きたい
- ・ボディラインの出る服を着る
- ・ . . .
- ・ . . .

イメージアップOK



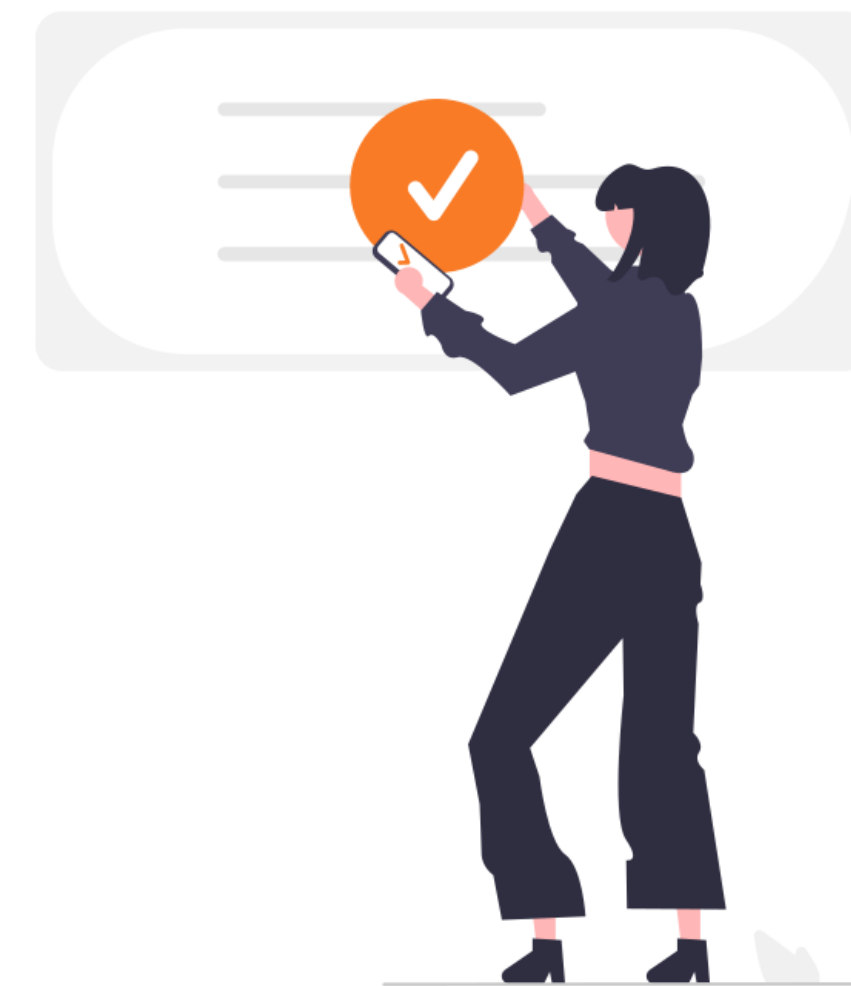
Goal設定 - 完了 -

step Fin.

ここまでお疲れ様でした。
目標は明確になりましたか？

設定した目標を達成すべく、
タスクを組んでいきましょう！

タスク管理画面へ



MyGoal

○○○○○

MyReason1

○○○○○

MyReason2

○○○○○

MyImage

○○○○○

completed

...

...

Tasks

○月○日 ○ : ○○ XXXX

✓

3/4 本日のタスクはありません

○ 4/20 16:00 XXXXXX | |

○ 4/20 17:00 XXXXXX | |

○ 4/20 18:00 XXXXXX | |

...

...

...



こんにちは、運営です。

こんにちは

文字入力

送信



MyGoal設定

Goal :

Reason1 :

Reason2 :

Image :

編集完了



ユーザー名変更

ユーザー名 :

編集完了



サインアウトしますか？

サインアウトします

いいえ

こんにちは運営さん

| ユーザー名 | チャット | 削除 |
|-------|------|----|
| XXXX | 参加 | 実行 |
| 〇〇〇〇 | 参加 | 実行 |
| △△△△ | 参加 | 実行 |
| □□□□ | 参加 | 実行 |