

例：マンダラチャート

冷蔵庫	ガス代	食器棚	何枚のこす か？	着回しの効 く服とは？	レンタルとい う方法	リビング ボード	ソファー	オットマンは 必要か？
〇〇〇	キッチン	〇〇〇	〇〇〇	衣類	〇〇〇	〇〇〇	リビング	〇〇〇
〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇
ベッドは必 要か？	ドレッサーは 必要か？	ランプの存 在	キッチン	衣類	リビング	子供の作品	夫の趣味	アルバム
〇〇〇	寝室・仕事 部屋	〇〇〇	寝室・仕事 部屋	断捨離	家族の物な ど	〇〇〇	家族の物な ど	〇〇〇
〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	水回り	リサイクル	お金の話	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇
風呂	トイレ	洗濯機置き 場	洋服	本	おもちゃ	断捨離した らどのくらい お得？	不用品を 売ったらいく らになる？	本を買わず に図書館で 借りると…
〇〇〇	水回り	〇〇〇	〇〇〇	リサイクル	〇〇〇	〇〇〇	お金の話	〇〇〇
〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇	〇〇〇



まずは真ん中に主題を書く



回りに主題に関連すること、派生する言葉を書く



回りに入れた言葉を、今度は真ん中に入れて
同じように回りに言葉を入れていく。