LIFE / 034

더운 밤의 생활 기록

잠과 실내 환경을 같이 살펴요.



HOT NIGHT

01

환경

방 온도와 환기 상태를 메모해요.

02

수면

잠든 때와 깬 때를 적어요.

03

조정

다음 날 바꿔 볼 환경을 하나 정해요.