

# 目標を細かく分解 (時間軸)



スタート

1年の最終目標に至るまでにどんな段階があるか時系列で考えよう。  
(ここは自由にメモ書きしていきます)



成果物



思考のまとめ

上のメモ書きの内容をわかりやすく整理し、  
3-6段階くらいで整理しよう。

今

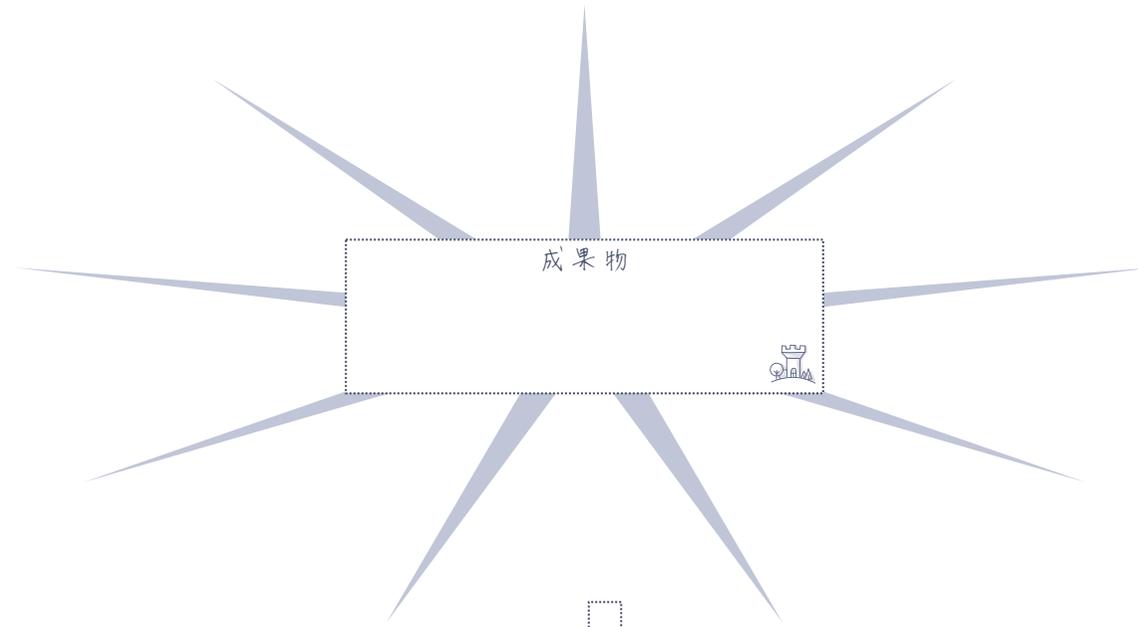
成果物



# 目標を細かく分解 (分野軸)



1年の最終目標を達成するには何が必要か分野毎に洗い出してみよう！  
(ここは自由にマインドマップ形式でメモ書きしていきます)



思考のまとめ

上のメモ書きの内容をわかりやすく整理し、  
最終目標を構成する要素を3-6要素でまとめよう

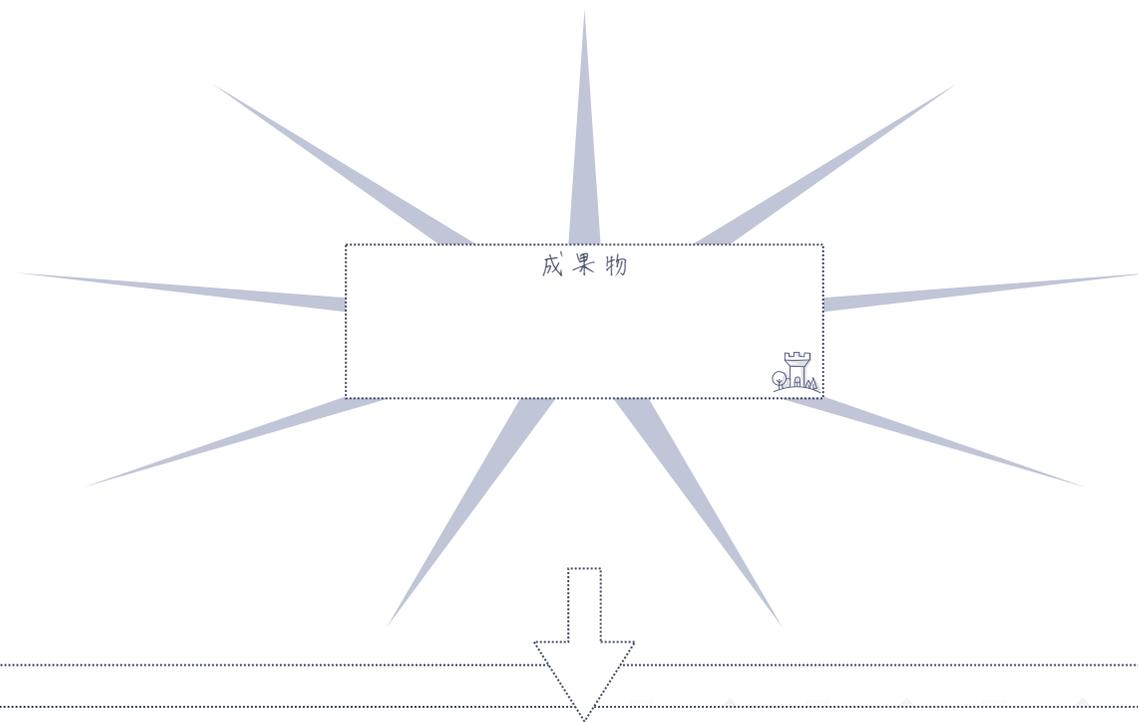


成果物

# すべき事の洗い出しとグループ化



真ん中の成果物を実現するためにすべき事を洗い出していこう！  
(ここは自由にマインドマップ形式でメモ書きしていきます)



--	--	--	--	--	--	--

上のメモ書きの内容をわかりやすく整理し、すべき事をグルーピングしていこう！  
必要であれば複数枚プリントしよう！

# 月間到達地点、 随時修正を加えて行こう！

	目標成果物 (数字で把握できるよう設定)	そのためにするべき事 (何をどれくらいするか)
1月		
2月		
3月		
4月		
5月		
6月		
7月		
8月		
9月		
10月		
11月		
12月		

1年の最終成果物



# 週間到達地点

\_\_\_月\_\_\_日 ~ \_\_\_月\_\_\_日

今週の目標成果物



	目標成果物 (数字で把握)	そのためにすべき事 (何をどれくらいするか)	今日の結果
月曜			
火曜			
水曜			
木曜			
金曜			
土曜			
日曜			

今週の振り返りと来週に向けての思考整理

