

STEP 1：2022 年の年末、どんな望みを叶えたいか

Q1. 2022 年の年末までに、叶えたい望みはありますか？

ざっくりでも良いので2つ3つあげてください

▶

▶

▶

Q2. Q1であげた望みは100%実現可能だと言い切れますか？

100%実現は 可能である ・ 可能ではない

もし言い切れないとしたら何が引っかかっていると思いますか？

▶

▶

▶

Q3. その望みを実現するためにどのような対応や準備をしておくと言えそうですか？

▶

▶

▶

▶



+++++

STEP 2: 昨年末のスケジュールをチェックする

Q4. 昨年末のスケジュールを今改めて眺めてみて100%満足ですか？

100%満足 している ・ していない

もし、100%満足ではないとしたらその理由は？

※もし手元にスケジュール帳がない場合は

次のページのカレンダーに思い出す範囲で何があったか書き込んでから考えてみてください。

▶

▶

▶

Q5. Q4であげた問題点はどのようにすれば改善できると思いますか？

▶

▶

▶

立案

カレンダー

ガントチャート

アクションプラン

フィードバック

✓

?

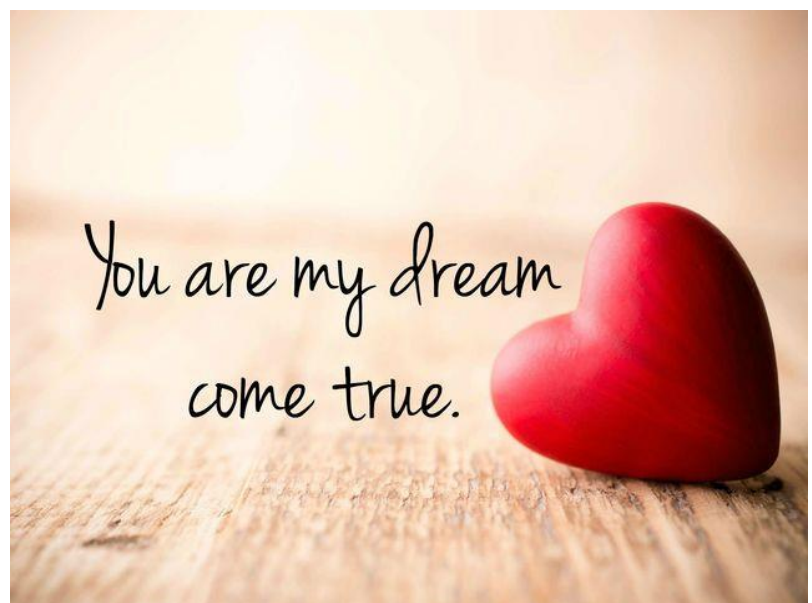
	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
48 W	29	30	1	2	3	4	5
49 W	6	7	8	9	10	11	12
50 W	13	14	15	16	17	18	19
51 W	20	21	22	23	24	25	26
52 W	27	28	29	30	31	1	2

STEP 3：実現に向けてよりタスクを明確化する

Q6. 2022 年の年末はどのような予定を組んでおくにより実現しやすくなりそうですか？
2021 年の年末のスケジュールと Q5 で考えた改善点を参考にしつつ、
6 ページのカレンダーか実際のスケジュール帳の 12 月のカレンダーに書き込んでみてください。

Q7. Q6 で考えた 2022 年の年末のスケジュールをさらに実現可能にするためには
2 月から 11 月までどのように準備や行動に移すことでより確実になりそうですか？
7 ページのガントチャートに書き込んでみてください

※ ガントチャートとは工程表とも言います。
プロジェクトを実行しやすいように細かく作業を分けて表にしたものです。



立案
カンデー
ガストチャー
アキシヨナラソ
フーボードワク
✓
?



叶えたい望みを実現するためのガントチャート

やりたいこと 叶えたいこと	2月 3月	4月 5月 6月	7月 8月 9月	10月11月12月