今月の目標

Q今月～今年しか
生きられなかったら
何をする？



今年の目標＆1年間の計画

第一3ヶ月

第二3ヶ月

第三3ヶ月

第四3ヶ月

ヴィジョン

Qどう生きたいですか？

Qどんな自分でありたいですか？



ヴィジョンを持つと
気持ち・行動が着いてこない時に
自身を励ます薬となる

紙に書いて
言葉にしておこう！
描くでOK



Q後悔しない人生とは？

Q大切にしている価値観は？