

人生計画書

2019年 1月 1日

名前 ヨッコ

終了予定日 2071年 9月 18日 100歳

100歳	90歳	80歳	70歳	60歳	50歳	40歳	30歳	20歳	10歳	0歳
------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	----



4つの資源 主観的な強みを整理しましょう

お金 <ul style="list-style-type: none"> ・預金 ・保険 ・投資信託 	スキル <ul style="list-style-type: none"> ・公務員経験 ・洋裁のスキル ・主婦・育児経験
人脈 <ul style="list-style-type: none"> ・マネキャリ講師とメンバー ・友人 ・ブログ仲間 	時間 <ul style="list-style-type: none"> ・子供が家にいない時間 ・子供が寝ている時間

過去の棚卸 あなたの人生年表を作りましょう

年表	自分や家族の出来事	心情や社会の出来事
19**	福島県* *市に生まれる	実家を離れたくて必死で勉強し上京
19**	福島県立* *高校	
19**	* *女子大学	
19**	* *自衛隊入隊	人の役に立って給料がもらえる仕事は素晴らしいと思い自衛隊に入隊
1999	結婚、退職	
2004	第1子出産	
2012	第2子出産	
2015	CFプラットフォーム運営会社入社	主婦業に専念して16年後、どうしても働きたくなり社会復帰。
2018	マネーキャリアアプランナー養成講座参加 CFプラットフォーム運営会社 関連ウェブショップ店長に就任 子供の不登校のため休職 在宅ライターとしての可能性を模索中	休職中も自分が興味ある分野での活動を継続中

プロフィール 他人から評価されたことを書きましょう

大学卒業後公務員になるが結婚をきっかけに退職。15年間の専業主婦生活の後正社員を目指して社会復帰することを決意。ビジネスメール作成に30分以上かかっていた状況から一念発起し、1年間に100冊のビジネス書を読破。自分が目標とする未来の具体的なイメージを集めて1枚の大きな紙に貼り付ける「ビジョニング」という手法を用いることにより、社会復帰2年目には時給が3割上昇、3年目には関連ウェブショップの店長となった。

目標を立て自分の行動を変える面白さに目覚める中で「人生計画書」に出会い、自分の人生を自分でデザインする自由があることに改めて気づく。自分自身を成長させ自分らしい人生をワクワクして生きるためのツールとして人生計画書の魅力を伝える活動を行っている。

人生で成し遂げたい目的

目的 GOAL

- ・自分自身が心から望む人生を豊かに、楽しく生きる人でありたい。
- ・人生の岐路で進む方向に迷っている人に、人生の目的発見の方法を伝えたい。

理由・動機 MOTIVATION

今の自分は、自分自身との対話で自分の価値に気づきつつあると思う。人生計画書の作成で自分との対話をさらに深めたい。また、その手法を同じ悩みを持つ人たちに活用してほしい。

期限 TERM

80歳（この年齢までは元気に、世界中を飛び回って活動していきたい）

方法 HOW-TO

- ・ブログでの情報発信と教材等販売
- ・人生計画書セミナーの開催

1年間の目標 1 YEAR GOAL

- ・ブログの仕組みづくり
- ・人生計画書セミナーを開催
- ・SNS活用の仕組み化
- ・メルマガ毎月配信

