

これからの目標をつくる | 未来の夢と生きがいマップ |

10年後、20年後、30年後の自分は何をしていると思いますか？
これから何をしたいのか、どう暮らしたいのか、未来の自分を決めるのは、今の自分です。
夢や希望を思いつくままに書き出してみましょう。

Point 書き込みの例

65歳までにやりたいこと

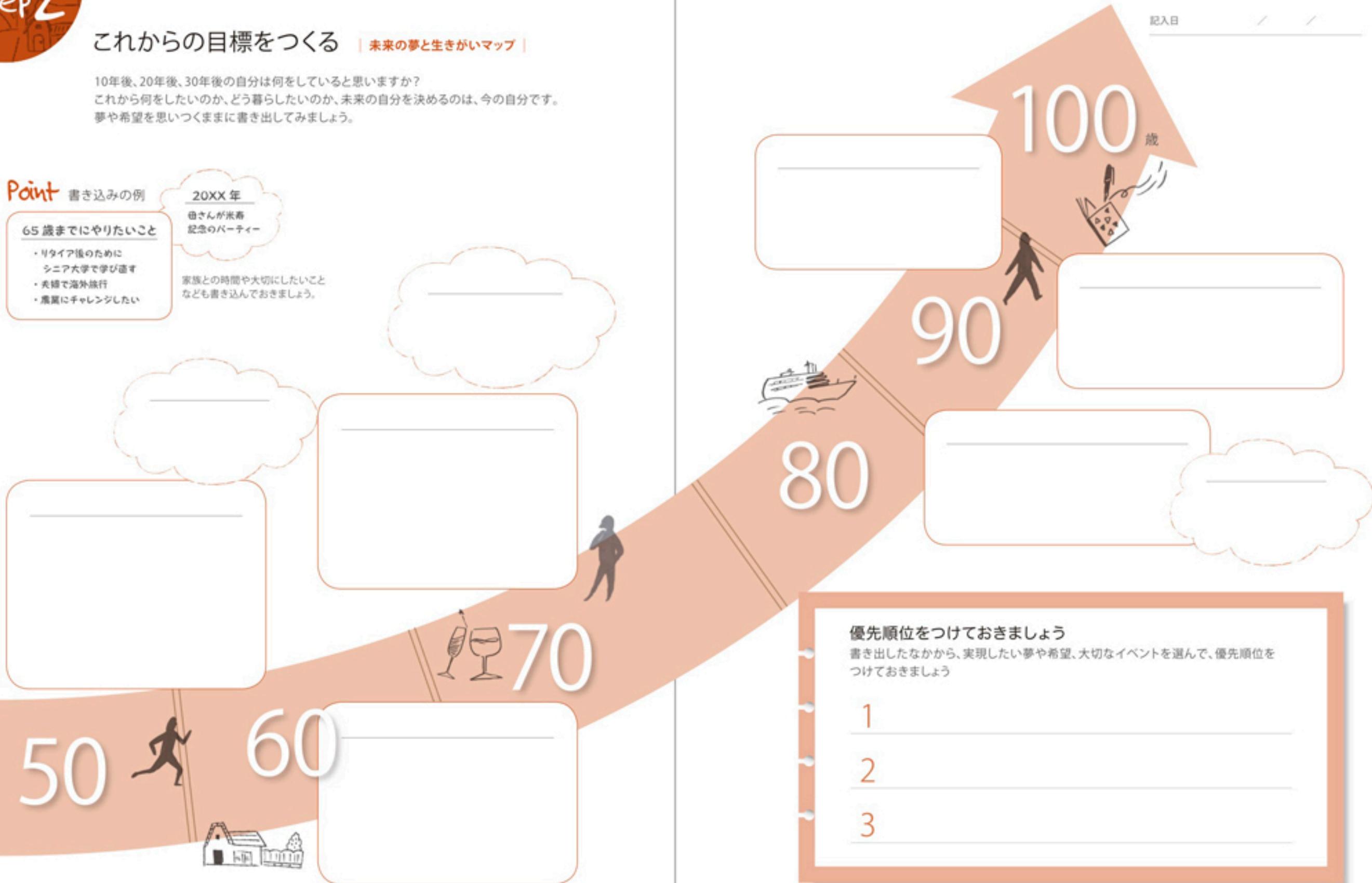
- ・リタイア後のために
シニア大学で学び直す
- ・夫婦で海外旅行
- ・農業にチャレンジしたい

20XX年

母さんが米寿
記念のパーティー

家族との時間や大切にしたいこと
なども書き込んでおきましょう。

記入日 _____ / _____ / _____



優先順位をつけておきましょう

書き出したなかから、実現したい夢や希望、大切なイベントを選んで、優先順位をつけておきましょう

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____