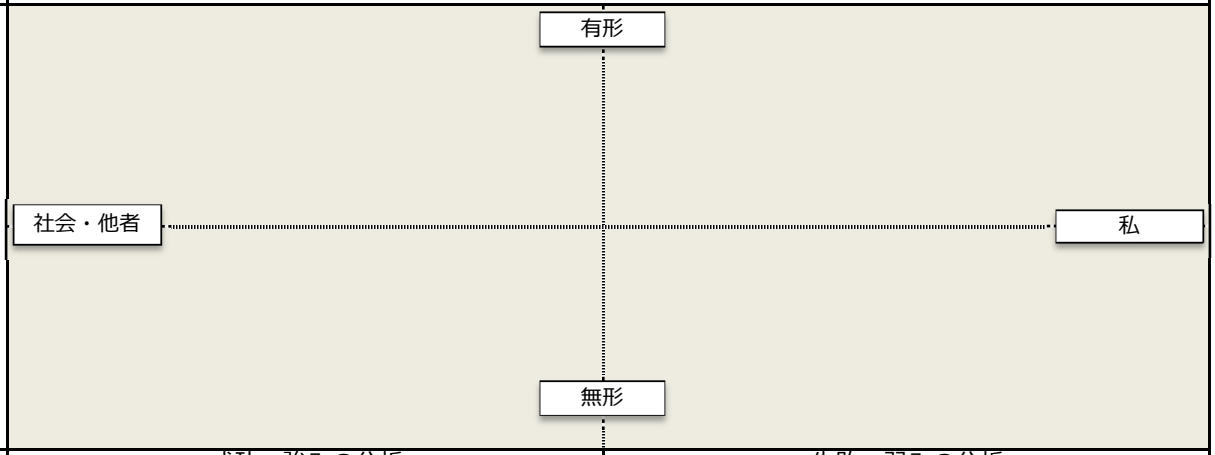
長期目的・目標設定用紙

氏名		記入日（やると決めた日）		目標達成日	
奉仕活動	（家庭）私は、		（職場）私は、		
達成目標	最高の目標				
	中間の目標				
	絶対できる目標				
	今回の目標				
経過目標					
目標の４観点					
	成功・強みの分析		失敗・弱みの分析		
メンタル					
スキル					
健康					
生活					
	予想される問題点		解決策		
メンタル					
スキル					
健康					
生活					
【ルーティン行動】 ※重要度が高い順に並べる			【期日目標】 ※期日順に並べる		
私は、					
私は、					
私は、					
私は、					
私は、					
私は、					
私は、					
私は、					
私は、					
私は、					
目標達成のための支援者					
目標達成のための支援内容					