

- Mission Checklist -	
■ Mission Statemer ※15分が1シート全てにメモ切	
■	
■	
■	
■ Role & Mission	
1	
-	
-	
2	
-	
-	
3	
-	
-	
4	
-	
-	
5	
-	

- Action Checklist -	
■ Keep Mind ※ヤバいと思ったら確認 #Then	
■	▷
■	▷
■	▷
■ Daily Task	
共通	
月	
火	
水	
木	
金	
土1	
土2	
土3	
日1	
日2	
日3	
Memo	

- Plan Checklist -	
■ Action Plan	
■	
■	
■	
■ Monthly Plan	
1月	1月
2月	2月
3月	3月
4月	4月
5月	5月
6月	6月
7月	7月
8月	8月
9月	9月
10月	10月
11月	11月
12月	12月
Memo	

- Weekly Plan -	
~	
■ Before Review ※日曜日にメモ・15分セット	
■ Good:	
■ Bad :	
■ Next:	
■ 1Week Goal	
■ 肉体系 :	
■ 社会面 :	
■ 知性面 :	
■ 精神面 :	

■ 1Week Plan	
▷役割1：自分/開発	
▷役割2：旦那/父親	
▷役割3：事業部長	
▷役割4：親族の中核	
▷役割5：地域/OB	

■ Memo	
肉体系 ▶	
▶	
▶	
社会面 ▶	
▶	
▶	
知性面 ▶	
▶	
▶	
精神面 ▶	
▶	
▶	

- Weekly Plan -	
~	
■ Before Review ※日曜日にメモ・15分セット	
■ Good:	
■ Bad :	
■ Next:	
■ 1Week Goal	
■ 肉体系 :	
■ 社会面 :	
■ 知性面 :	
■ 精神面 :	

■ 1Week Plan	
▷役割1：自分/開発	
▷役割2：旦那/父親	
▷役割3：事業部長	
▷役割4：親族の中核	
▷役割5：地域/OB	

■ Memo	
肉体系 ▶	
▶	
▶	
社会面 ▶	
▶	
▶	
知性面 ▶	
▶	
▶	
精神面 ▶	
▶	
▶	

- Weekly Plan -	
~	
■ Before Review ※日曜日にメモ・15分セット	
■ Good:	
■ Bad :	
■ Next:	
■ 1Week Goal	
■ 肉体系 :	
■ 社会面 :	
■ 知性面 :	
■ 精神面 :	

■ 1Week Plan	
▷役割1：自分/開発	
▷役割2：旦那/父親	
▷役割3：事業部長	
▷役割4：親族の中核	
▷役割5：地域/OB	

■ Memo	
肉体系 ▶	
▶	
▶	
社会面 ▶	
▶	
▶	
知性面 ▶	
▶	
▶	
精神面 ▶	
▶	
▶	

- Weekly Plan -	
~	
■ Before Review ※日曜日にメモ・15分セット	
■ Good:	
■ Bad :	
■ Next:	
■ 1Week Goal	
■ 肉体系 :	
■ 社会面 :	
■ 知性面 :	
■ 精神面 :	

■ 1Week Plan	
▷役割1：自分/開発	
▷役割2：旦那/父親	
▷役割3：事業部長	
▷役割4：親族の中核	
▷役割5：地域/OB	

■ Memo	
肉体系 ▶	
▶	
▶	
社会面 ▶	
▶	
▶	
知性面 ▶	
▶	
▶	
精神面 ▶	
▶	
▶	

- Weekly Plan -	
~	
■ Before Review ※日曜日にメモ・15分セット	
■ Good:	
■ Bad :	
■ Next:	
■ 1Week Goal	
■ 肉体系 :	
■ 社会面 :	
■ 知性面 :	
■ 精神面 :	

■ 1Week Plan	
▷役割1：自分/開発	
▷役割2：旦那/父親	
▷役割3：事業部長	
▷役割4：親族の中核	
▷役割5：地域/OB	

■ Memo	
肉体系 ▶	
▶	
▶	
社会面 ▶	
▶	
▶	
知性面 ▶	
▶	
▶	
精神面 ▶	
▶	
▶	

- Weekly Plan -	
~	
■ Before Review ※日曜日にメモ・15分セット	
■ Good:	
■ Bad :	
■ Next:	
■ 1Week Goal	
■ 肉体系 :	
■ 社会面 :	
■ 知性面 :	
■ 精神面 :	

■ 1Week Plan	
▷役割1：自分/開発	
▷役割2：旦那/父親	
▷役割3：事業部長	
▷役割4：親族の中核	
▷役割5：地域/OB	

■ Memo	
肉体系 ▶	
▶	
▶	
社会面 ▶	
▶	
▶	
知性面 ▶	
▶	
▶	
精神面 ▶	
▶	
▶	