**WEEKLY GOAL**：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日付 | メインプラン | プランB | 宣言 |
| 報告 |
|  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |
|  |

**進歩の計測**

　　　　　　○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○

　　　　　　○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○

　　　　　　○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○

　　　　　　○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○

　　　　　　○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○

　　　　　　○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○

　　　　　　○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○

　　　　　　○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○ ○○○○○○○○○○

**挫折と対策**

|  |  |
| --- | --- |
| 挫折 | 対策 |
|  |  |

**MEMO**

計画の立て方がわからなくなったら → https://matsuda-blog.info