

# 目 標

記入日 年 月 日

家族や支援者と相談しながら、自分のゴールをイメージしてみましょう。

<b>近い将来の 目標</b> (数か月から 1年以内に 達成したい 目標)	いつ頃振り返りますか？ 年 月 日
<b>そのために 行う事</b> (具体的に)	
<b>将来の目標</b> (1年以上先 の将来の夢、 目標)	いつ頃振り返りますか？ 年 月 日
<b>そのために 今からやろ うと思う事</b>	