

あなただけのミッションステートメントをつくろう！

ミッション(任務・使命) ステートメント (宣言・声明)

1.自分の中にある、やむにやまれぬ興味を引き出してみよう。

「過去」「最近」「未来」の中であなたが心から楽しいと思えることを
思い浮かぶだけの全てを書き出すのだ。

1. 好きな趣味は何？
2. 家の外でどんな事をするのが好き？
3. 誰といると楽しい？
4. どこにいると楽しい？
5. 好きな番組や映画は何？
6. 好きな本・漫画は何？
7. 好きな室内・屋外での遊びは何？
8. 好きなスポーツは何？
9. どんな音楽が好き？

10. どんな動物が好き？
11. 自分のしたいことを自由に出来るとしたら、どうする？
12. あなたの人生の出来事で重要なことは？なぜ？
13. 今まで楽しかったのはいつ？その時何をしていた？
14. 最高の気分を味わうのはどんなとき？
15. 何に触るのがすき？
16. 何を聞くのがすき？
17. 何をみるのがすき？
18. 一緒にいて楽しいひとのどこが好き？
19. こどものころどんなときに楽しかった？
20. どこに行きたい？
21. どんな乗り物がすき？

22. 何かを変えることが出来るのなら何を変える？

23. 親友は誰？

24. ○○があればとっても幸せ

25. あなたが夢中になっていることは？

26. どんなときに全てがうまく行って満足？

27. 今までの人生の中で心が落ち着いていたのはいつ？

28. ↑その時何していた？

29. 100億円あったらどんな仕事をする？

30. もしも余命があと1年になったら何をする？

31. あなたがやるべきことは何？

2. 大まかにジャンルを分けてみよう

仕事

お金

友人・同僚

家族

社会貢献

教養

趣味

体の健康

心の健康

3. あなたのミッションステートメントを書き出そう！

例)

フェイスブックのミッションステートメント

「making the world more open and connected (世界をよりオープンにし、つなげる)」

「bring the world closer together (世界のつながりをより密にする)」。※6/22 に更新

伊藤のミッションステートメント

仕事

- ・最低限の収入があることが生き活きた生活をするための条件だと信じる。
- ・そのためにはクライアントは自力で年収 1000 万を稼げるようならなければならない。
- ・古典やナポレオン・ヒル、7つの習慣をベースにした学びを伝える。

お金

- ・自分がいなくてもどんどん増える仕組みにする。

友人

- ・心から信頼できる友をつくる。
- ・他人が楽しくて安心できる人物になる。

家族

- ・家族、親戚みなが助け合い楽しめる関係になる。

社会

- ・地元の商売を活性化し、住民のみなが心から安心できる街をつくる。

趣味

- ・40歳までにアマチュアキックボクシングのチャンピオンなる。
- ・50歳までにアマチュアゴルフで優勝する。

体の健康

- ・小食を心がける。(特に糖質はとり過ぎない)
- ・食に対する正しい知識を身につける。・毎日走る

心の健康

- ・毎日本を読む・瞑想を覚える。

あなたのミッションステートメントを書き出してみよう！

ポイント

〇〇だったらいいとか、〇〇したいと思います。ではなくて
「私は〇〇である」と断言する文章にしましょう。

ミッションステートメントの書き方にルールはありません。
あなたの自由に書いてもらってOKです。