

青山の相談会

*記入時の注意点

相談前後でわかりやすいように、相談前は黒字、相談後は赤字で記入してください。

▶目標と現在の課題

▶現在の状態

今の状態

活動の状態

行動の状態

▶ 仮説・解決策

行動宣言

▶アクションプラン（青山との約束）

プラン①

プラン②

プラン③

プラン④

プラン⑤

プラン⑥

プラン⑦

アクションプランは、3ヶ月～6ヶ月で設定し、期間内で必ずやり切る覚悟をもちましょう。
やり切れた方も、やり切れなかった方も、
3ヶ月～6ヶ月の期間で定期的に相談会に参加し、進捗の報告をしてください。

伸び悩んでいれば軌道修正をします。

決めたアクションプランが期日までにできていなければ、
本気の飲み会からやり直し、再度本気のスイッチを入れ直します。

次回相談会 月 参加予定

▶ 終了後・帰宅後すぐに行うこと

- ①行動プランをスケジュールに落とし込む
- ②行動宣言シートの写真を撮り、アカウントをお持ちのすべてのSNSで青山にメンションをつけて投稿
- ③達成報告（SNS投稿）をしながら、目標の実行



▶ 参加に際して

・相談者の状況説明5分、青山のアドバイス15分、1人20分で対応いたします。

・事前の準備（エレベーターピッチ、ワークシート）を済ませ、状況の説明を5分ほどで伝えられるよう練習してからご参加ください。

状況の説明で時間を取りすぎてしまうと、アドバイスの時間が短くなってしまいます。