

2022年目標設定シート【見本】						日付:	名前:	
0時まで配布に入る	水を1日2リットル飲む	スクワット毎日1分	スタッフに積極的に声をかける	患者様の良いところを1つ褒める	仕事の成果を報告する会を月1回実施する	業務のタスクを8割達成する	ひとつでもできることを増やす	今年中に資格をひとつ取得する
	健康	睡眠時間を6時間確保する		人間関係	スタッフと月1回面談をする		仕事	来期までに2店舗展開する
休日はしっかり休む	ジムに通う	朝散歩をする			出勤・退勤時挨拶を徹底する		事務作業の時間を月50時間減らす	セミナー参加で5社と名刺交換をする
いい調味料を選んで使う	外食は月1回	ビールは一日一本まで	健康	人間関係	仕事	支出を把握する	投資を始める	情報収集を始める
	食生活	一汁三菜を意識する	食生活	健康で楽しい毎日を送る!	お金		お金	補助金を活用する
			知識	集客	趣味		経費を	売上1.5倍!
ビジネス書を月1冊読む	インプット2アウトプット8を意識	技術セミナーに参加する	HP更新を月3回	患者さんに施術の感想をもらう	3日に1回ロコミの返事を投稿する	趣味を見つける	スマホ時間減らす	夏に釣りをする
	知識	朝10分勉強する		集客	ブログ記事を週1回更新する		趣味	家族と旅行
			6月までにInstagramを始める	休眠患者様に年2回DMを送る	LINE配信を週2回する			