[](https://jp.smartsheet.com/try-it?trp=77243&utm_language=JA&utm_source=integrated+content&utm_campaign=/goal-tracking-setting-templates&utm_medium=ic+smart+goals+worksheet+77243+word+jp&lpa=ic+smart+goals+worksheet+77243+word+jp&lx=VP_CyadgTnJOljvhy0tIYgBAgeTPLDIL8TQRu558b7w)**S.M.A.R.T. ゴールワークシート**

S.M A.R.T. の目標は、達成したいのかを特定し、締め切りを決定するのに役立つように設計されています。S.M A.R.T. 目標を作成する際には、簡潔な言語を使用しますが、関連情報が含まれます。これらは成功を助けるために設計されているので、質問に答えるときに肯定的にしてください。

|  |  |
| --- | --- |
| **イニシャル** | あなたが考えて持っている目標を書く |
| **ゴール** |  |
|  |  |
| **S** | 何を成し遂げたいですか?誰を含める必要がありますか?いつこれをしたいですか?なぜこれが目標なのですか? |
| **特定** |  |
|  |  |
| **M** | どのように進捗状況を測定し、目標を達成したかどうかを知るにはどうすればよいでしょうか。 |
| **測定** |  |
|  |  |
| **ある** | 目標を達成するために必要なスキルはありますか?そうでなければ、あなたはそれらを得ることができますか?この目標の動機は何ですか?必要な労力の量は、目標が達成するものと同等ですか? |
| **達成** |  |
|  |  |
| **R** | なぜ私は今、この目標を設定しているのですか?全体的な目標に合わせて調整されているか。 |
| **関連した** |  |
|  |  |
| **T** | 締め切りは何ですか、それは現実的ですか? |
| **時間制限** |  |
|  |  |
| **賢い** | あなたが書いたものを確認し、上記の質問に対する答えが明らかにしたものに基づいて新しい目標ステートメントを作成します |
| **ゴール** |  |

|  |
| --- |
| **免責事項**  Web サイト上で Smartsheet から提供される記事、テンプレート、または情報は参照用です。情報を最新かつ正確に保つよう努めていますが、当サイトまたはウェブサイトに含まれる情報、記事、テンプレート、関連するグラフィックスに関する完全性、正確性、信頼性、適合性、または可用性について、明示または黙示的ないかなる表明も保証も行いません。したがって、そのような情報に対する信頼は、お客様の責任で厳重に行われます。 |