**[A blue and white logo

Description automatically generated](https://jp.smartsheet.com/try-it?trp=77896&utm_language=JP&utm_source=template-word&utm_medium=content&utm_campaign=ic-SMART+Goals+Worksheet-word-77896-jp&lpa=ic+SMART+Goals+Worksheet+word+77896+jp)S.M.A.R.T. 目的ワークシート**

S.M.A.R.T. の目的を作成することで、現実的で達成可能なプロジェクトの側面を特定できます。この演習は、締め切りを設定するのにも役立ちます。S.M.A.R.T. の目的を書く際には、簡潔な言葉を使い、関連情報のみを含めます。このワークシートはあなたが成功するのに役立つよう設計されているので、質問には前向きに答えてください。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 当初の 目的 | | 考えている目的を書きます。 |
|  |
|  |  |  |
| 特定された (Specific) | | 何を達成したいですか? 誰を含める必要がありますか? いつこれを行うのですか? なぜこれが目的なのですか? |
|  | S |  |
| 測定可能 (Measurable) | | 進捗状況を測定し、目標を達成したかどうかを知る方法は? |
|  | M |  |
| 達成可能 (Achievable) | | 目標を達成するために必要なスキルがありますか? そうでない場合は、それらを取得できますか?  この目的を達成するための動機は何ですか?  必要な労力は、目的が達成するものと同等ですか? |
|  | A |  |
| 関連性がある (Relevant) | | なぜ今この目的を設定するのですか? 全体的な目標と一致していますか? |
|  | R |  |
| 期限付き  (Time-bound) | | 締め切りはいつで、現実的ですか? |
|  | T |  |
|  |  |  |
| SMART 目標 | | 上記の回答を確認し、それらに基づいて新しい目的ステートメントを作成します。 |
|  |

|  |
| --- |
| **– 免責条項 –**  Smartsheet がこの Web サイトに掲載している記事、テンプレート、または情報などは、あくまで参考としてご利用ください。Smartsheet は、情報の最新性および正確性の確保に努めますが、本 Web サイトまたは本 Web サイトに含まれる情報、記事、テンプレート、あるいは関連グラフィックに関する完全性、正確性、信頼性、適合性、または利用可能性について、明示または黙示のいかなる表明または保証も行いません。かかる情報に依拠して生じたいかなる結果についても Smartsheet は一切責任を負いませんので、各自の責任と判断のもとにご利用ください。 |