

ワーク（10/8勉強会）

【課題提出型コース 瀧下可南子】

10/8に行われた勉強会の課題を作成いたしました。

ご確認よろしくお願いたします。

プチワーク.どのような目的を持ってインターン講座をスタートさせたか

在宅ワークができるスキルを身につける目的を持ってスタートさせた。

ワーク.

1. Good&New

子どもが体調不良から復活し登園できたので、約一週間ぶりに出勤できたことと、（ほんの少しですが）ワークを進めることができフィジカルもメンタルも落ち着くことができた。

2. やりたいことリスト

- ・ webデザイナーになる
- ・ ピアノのレッスンを再開する
- ・ 家族みんなで年に1回以上は海外旅行をする
- ・ 大型犬と一緒に暮らす
- ・ 思う存分寝る

3. 各年代のバケツに放り込む

- ・ 20～40歳：webデザイナーになる、家族みんなで年に1回以上は海外旅行をする
- ・ 41～60歳：ピアノのレッスンを再開する、思う存分寝る
- ・ 61～80歳：大型犬と一緒に暮らす

感想

今まで、やりたいことを手帳にメモする習慣はありましたが、それに対して順番を考えたり、どれくらいの時間をかけてどれくらいの努力をするべきなのかなど、考えることはあまりしてこなかったことに気がつきました。

期限を設けて必要な努力を適正な時期に行えるよう、今後は、それらを考えて行動に移すようにしようと思いました。

ためになった箇所

今回の勉強会で、バケツリストというツールを初めて知り、これだけでも勉強になったと感じました。

また、本当に自分がやりたいことをするためのリスクや、ふさわしい時間を考えることで、自分自身のやる気を起こすことができるのだとわかり、人生で一番若い現時点でスケジュールを組んでいくことで、やりたいことを達成する可能性を高めることができるのだという点がためになったと感じました。