

目標：

項目	チェック
<b>S</b> (Specific) 表現が具体的か？	
<b>M</b> (Measurable) 第三者が測定可能な数値目標になっているか？	
<b>A</b> (Achievable) 現実的に達成可能か？	
<b>R</b> (Relavant) 自分のやりたいことに対してきちんと貢献できる目標か？	
<b>T</b> (Timing) きっちり期限が決まっているか？	

目標：

項目	チェック
<b>S</b> (Specific) 表現が具体的か？	
<b>M</b> (Measurable) 第三者が測定可能な数値目標になっているか？	
<b>A</b> (Achievable) 現実的に達成可能か？	
<b>R</b> (Relavant) 自分のやりたいことに対してきちんと貢献できる目標か？	
<b>T</b> (Timing) きっちり期限が決まっているか？	