

2024年、最後の自己実現！

ラストへ向かって！

50日間チャレンジ！

・・・への招待状

チャレンジに参加する

こんにちは、渡辺拓です。

今回は、

**今日から50日後に
「こんなことを達成できた！」と
みんなで報告しあいませんか？
それで「2024年もやりきった〜！」と
いい感じに年末を迎えませんか？**

というお誘いです。

「2024年がもう終わってしまう・・・」

「もう2ヶ月も残ってない・・・」

「今年も何にもできなかった・・・」

・・・それは、本当にそうでしょうか？

今年も残り**50日以上**あります！それだけあれば、何かができる！

2024年「最後の自己実現」を一緒にしましょう！

あなたの参加をお待ちしています！

スケジュール

11/7 (木) ~12/26 (木)

途中参加も大歓迎！

詳細

◎キックオフライブ：11/7 (木) YouTube、21:00~22:00

「2024年『最後の自己実現』」のスタートのために
お役立ていただけることをお伝えします：

- ・ **必達！できる** 目標設定3つの方法～自分にやさしい行動術ver.～
- ・ なぜ「**有言実行**」は**あぶない**のか？潜在意識の視点から解説
- ・ 自己実現のために**毎日**やるべきこと

目標設定&日々やることを決めて、充実した50日を送りましょう！
※参加できない方は、録画をご確認ください。

◎実践期間：11/8 (金) ~12/25 (水)

お互い報告&刺激を受けながら実践していきましょう！
あなたの実践を応援するコンテンツを企画しています

- ・ **50日間応援メール**：
渡辺から50日間の応援メールが届きます。
ペースメーカーとしてご活用ください。
- ・ **報告コミュニティ**：
実践を報告しあうコミュニティをご用意します。
「みんなやってるなあ」を感じながら、日々挑戦しましょう！
- ・ **報告会&1週間チャレンジ**：
チャレンジ参加者限定！
経過を報告しあったり、実践を加速させるチャレンジをします。
まだまだ企画中ですので、色々ご意見ください！

◎大発表会：12/26（木）Zoom、20 or 21時スタート予定
ラストに、達成したことを発表しあいましょう！
だいたい1人5分ほどなので、発表ニガテな方も大丈夫！
発表を意識することで、達成へのやる気も高まります！



by ChatGPT

みんなの前で報告するのが恥ずかしい方も、
フォームなどで発表の場をご用意します。

発表会の詳細は、50日チャレンジをやりながら考えていきます。
当日参加できない方も、録画版をご覧くださいただけるようにします。
楽しい会にしていきましょう！

参加費

無料

用意するもの

「何かできるかも！」とちょっとワクワクした気持ち
一緒にチャレンジする人たちを応援する気持ち

Q&A

Q.全部には参加できないかもしれませんが、大丈夫ですか？

A.大丈夫です。

あなたの「やってみよう！」を応援するための企画です。
50日のうち、**1日でもトライできたらもう成功**です。

Q.途中参加はできますか？

A.はい、できます。

思い立った日からあなたのチャレンジが始まります。
いい年末を一緒に過ごしましょう。

Q.忙しくて、新しいことはできなさそうなのですが・・・

A.日々のことを、意識を変えてやりましょう。

新しいことへの挑戦が難しくても「**日々やっていることを
違う意識で取り組む**」ことで、毎日を新しく過ごせます。
そのための方法もキックオフライブでお伝えします。

Q.日々の報告って、どんなことをするのでしょうか？

A.すいません、ちょっと今、考え中です。

「ここまでやったよ！」的な投稿をするイメージをしています。
途中「1週間チャレンジ」があれば、その実践報告をします。
やり方も頻度も、詳細は決まっていますが、
とにかく、日々**あなたが前に進むやる気・勇気が湧く**ように
整えていきますので、至らない部分があったらお教えてください。

Q.成果発表会のフォーマットは決まっていますか？

A.1人5分くらいで、できたことを報告しあうイメージです。

基本自由です。**スライドを用意しても、しなくてもいい**ですし
歌を練習したなら、披露していただくのも盛り上がりますね。

Q.眺めるだけの参加も可能でしょうか？

A.はい。よければ成果くらいは教えてください！

参加の仕方は自由です。ただ、**あなたの2024年を充実させる**
お役に立てたら嬉しいなあ、という企画なので、ラストにきつと
とるアンケートには、お答えいただけますと嬉しいです。

さいごに

ここまでお読みいただき、ありがとうございます。
元は、僕が50日間でやってみたいことを思いついたとき、

「**自分ひとりでやり切るのは勇気がいるかも・・・!**」

と思ったので、勇気をわけていただきたい、と思ったことが
発端です。まだ、ホントにできるのかドキドキしています。

ちなみに、コミュニティのメンバーに聞いてみたところ、
こんな意見が出てきました。

「確かに！今年ももう終わりか～なんて思っていました、
『50日ある』と思うと、なんかできそうですね！」

「私は、これまでのやり残しをやる!のもいいかと思いました～！
踊ってみたいダンスがあったんですね～！」

「僕は、来年の1月の始まりに、いいスタートが切れるように！
来年のための期間にしてみたいです！」

どれもいいなあ、と思うとともに、「最後の発表会、
なんだかすごいことになるんじゃないか」と思いました。

もう、こうやって募集をはじめてしまったので、
しゃあない、僕も、一番楽しんで取り組んでいきます。

当たり前ですが、貴重な50日の使い方は、あなた次第です。
あなたは50日あったら、何にチャレンジしますか？
一緒に、最高の年末を迎えましょう！



チャレンジに参加する