

引退計画書

ツールキットの第一部から第三部まで終えたのならば、以下の項目が完成しているはずですが。

- タイムラインの構想
- ミニストーリーの歩み
- 移行健康度の評価ツール
- 自分の余裕の測定

今あなたは引退への計画準備が整いました。今まで行った作業を自身の必要やレガシー（遺産）を残すこと、アンコール・キャリアや引退後の生活に応じて適用してください。第四部の「完走する」をもう一度読み返し、ご自分にとって最も必要な部分を振り返ってください。特に、第12章「引退のためのミニストーリー・プランを書く」の部分を読み返すことをお勧めします。

祈りのための特別な時間や、祈り・振り返り・アイデアをまとめるためのリトリートの計画を立てましょう。リトリートの中では以下の SMART メソッドを用いて振り返りをお勧めします。

SMART ゴール	スタート	結果	終了

SMART メソッド：具体的、測定可能、到達可能、適切な、目標期限の設定されたゴール

引退計画の実践：

- 祈る
- みことばを読む
- 計画する
- 完走まで走る
- タイムラインを見る
- 完成された形を思い描きながら、必要であれば刈り込みをする
- 「自分はいつ終わるのか？」と自問する
- 第9章の「完走のヒント」をもう一度読む
- 夫婦で引退計画について話す
- アンコール・キャリアを作り出す

- 賜物、能力、趣味、技術、熱意、興味、そして経済的基盤の一覧表を作る
- 応援してくれる人を探す
- レガシー(遺産)を作る
- 次世代への引き継ぎ計画を作成する
- 移行計画を立てる