

**あなたのタイムマネジメントに革命をもたらす  
「コーチヴィル PACK」“タイムマネジメント” 発売！**

日本におけるコーチングのパイオニアである(株)コーチ・トゥエンティワン(東京都千代田区、代表取締役社長 伊藤守)は、コーチング関連のアドバイスやワークシートをパッケージした、「コーチヴィルPACK」の第10弾、「タイムマネジメント」を12月2日に発売します。コーチヴィルPACKは、コーチングに関するコンテンツを提供する会員制サイト「コーチヴィル」から、実際にコーチングで扱われるテーマに沿って選んだ5つのアイテムを、セットでご提供するものです。

今回のコーチヴィルPACKには、タイムマネジメントを行う際のキーポイントや整理整頓に関するアドバイスのほか、週間スケジュールや年間スケジュール、タスクリストなどのワークシートが盛り込まれています。年末年始と言えば、ちょうど身の回りのものを整理したり、来年の目標を立てたりする時期。コーチにとっても、コーチングを学んでいる人にとっても、すぐに使える実践的な内容となっています。

コーチ・トゥエンティワンの「コーチヴィル PACK」は、2005年5月11日の発売以来、月に1本の頻度で新商品を出しています。現在販売しているテーマは、売れ行き順に“強みを極める”、“自分への質問集1”、“キャリアを考える”、“パーフェクトを目指す”、“自分への質問集2”、“自分を好きになる”、“リストアップ集”、“健康になる”の9種類。当社では、今後も、より多くの方のニーズに合ったPACKを提供していきます。

【「コーチヴィル PACK」“タイムマネジメント”のサンプル】

**タイムマネジメントのキーポイント 10**

1. **効果的なタイムマネジメントができていないという認識をもってスタートする**  
あなたができるのは、時間の流れにあわせて自分自身(態度、考え方、行動)を管理することです。時間の感じ方は、実際に時計が刻む時間よりも、あなたの思考に影響されます。時間に関して感じるストレスは、あなたの考え方から発生しているのです。例えば自分が待ち合わせに遅れているときと、待っているときとでは、時間の感じ方は違いますね。実際の時計の時間は変わらなくても、認識の仕方によって時間の感じ方は変わってくるのです。

プレスの方へ、「コーチヴィル PACK」“タイムマネジメント”を体験できる、期間限定のページをご用意しました。以下要領にてアクセス頂きますと、商品がダウンロードできます。取材活動にぜひ、お役立てください。

1: こちらの URL アクセス [http://www.coach.co.jp/press\\_dl/20051202.html](http://www.coach.co.jp/press_dl/20051202.html)

2: 以下 ID、パスワードを使ってログイン

< ID > press < パスワード > 6m2kq47c

3: 「コーチヴィル PACK」“タイムマネジメント”をダウンロード頂くことが可能です

### サービス内容

- 【開始時期】 2005年12月2日
- 【内容】 コーチングに役立つワークシートやTIPSのセット
- 【価格】 1,575円（消費税含む）
- 【申し込み方法】 ウェブサイトのコーチング・ストアから ([http://aaa.coach.co.jp/products/list\\_ville.php](http://aaa.coach.co.jp/products/list_ville.php))

以上

上記の件に関するお問い合わせは

株式会社 コーチ・トゥエンティワン 広報担当：市川 / 林

TEL: 03-3237-9781 FAX: 03-5275-0737 E-Mail: [ichikawa@coach.co.jp](mailto:ichikawa@coach.co.jp)  
[hayashi@coach.co.jp](mailto:hayashi@coach.co.jp)

ウェブサイト: <http://www.coach.co.jp>

メールマガジンのお申込みはこちらから: <https://www.coach.co.jp/ezine/index.htm>

あなたをいろいろな角度から診断するテストサイト: <http://www.test.ne.jp>