

報道関係者各位

2005年12月9日



株式会社 コーチ トゥエンティワン  
東京都千代田区三番町 8-1

30日間で自分について総点検できる

「Eコーチング・プログラム」「セルフチェック30」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、売れ行き好調のeメールによるコーチングサービス、「Eコーチング・プログラム」の第12弾、「セルフチェック30」を12月9日に発売します。

今回のEコーチング・プログラムのテーマは、「自分の総点検」です。年末と言えば身の回りを整理整頓する時期。毎朝送られてくる質問やヒント、名言、チェックリストをもとに、未完了事項や自分の強み、目標などを棚卸し、新たな気持ちで新年を迎えられるような内容となっています。

【「Eコーチング・プログラム」「セルフチェック30」のサンプル】

あなたは今どんなゴールに向かって進んでいますか?

TODAY'S TIPS

もしゴールがなかったら、マラソン選手はどこに向かって走ればいいのでしょうか?

もしゴールがなかったら、サッカー選手はどこに向かってプレーすればいいのでしょうか?

ゴールを設定し、明確にすることで、あなたが取り組むべきことははっきりとし、エネルギーを注ぎ込むことができます。

仕事上の目標でも、個人的な目標でもかまいません。あなたは今、どんなゴールに向かって進んでいますか? もしも明確なゴールをもっていないとしたら、これを機会にぜひゴールを明確にしてみましょう。

本日より3日間でゴール設定と達成についてチェックします。

「人生における最優先事項は  
成し遂げたい目標を持って事に当たることだ。」  
(パブロ・カザルス)

このようにEコーチング・プログラムは、質問やヒント、名言を、一定期間にわたって指定のメールボックスに毎朝届けるサービス。通常は60日間のサービスですが、より手軽にコーチングを体験してもらいたいという考えから、前回に引き続き、今回も30日間のショート・バージョンになっています。

コーチ・トゥエンティワンの「Eコーチング・プログラム」は、2005年3月18日の発売以来、内容が具体的で役立つ、価格が手軽であることなどから、現在までに1,700件以上売れている人気商

品です。現在販売しているテーマは、売れ行き順に“ ヴィジョンメイキング ”、“ タイムマネジメント ”、“ マネジメント ”、“ ストレスコントロール ”、“ チームワーク ”、“ コーチングスキル ”、“ コミュニケーションコーチ ”、“ 合格手帳 ”、“ おかあさまのための E コーチング ”、“ 3 時のリラックス ”、“ コーチが知っておきたい 30 のこと ” の 11 種類あり、今回の“ セルフチェック 30 ” が 12 番目のラインアップに加わりました。当社では、今後、より多くの方にコーチングを取り入れていただけるよう、月に 2 本の頻度で 30 日間のショート・バージョンを発売していきます。

#### サービス内容

【開始時期】	2005年12月9日
【内容】	eメールによるコーチング
【期間】	30日間
【価格】	1,050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 ( <a href="http://aaa.coach.co.jp/products/list_ecoaching.php">http://aaa.coach.co.jp/products/list_ecoaching.php</a> )

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/ezone/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>