

生活と仕事のどちらか一方の比重が大きくなってはいませんか？

「コーチヴィル PACK」第22弾 “生活と仕事のバランスをとる” 発売！

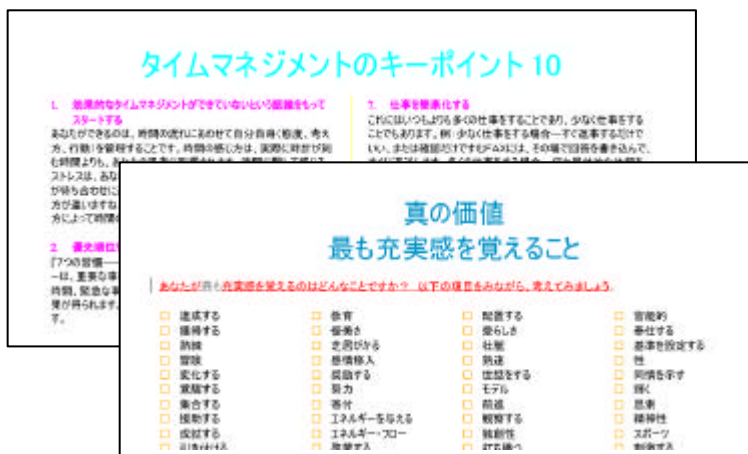
日本におけるコーチングのパイオニアである(株)コーチ・トゥエンティワン(東京都千代田区、代表取締役社長 伊藤守、03-3237-9781)は9月8日、コーチング関連のアドバイスやワークシートをパッケージした「コーチヴィルPACK」の第22弾“生活と仕事のバランスをとる”を発売します。

-ワークライフバランス。両方のバランスをとろうとする意識こそが、充実した人生を手に入れるための第一歩になります。今回のPACKには、自分が最も充実感を覚えることが何なのかを見つけて出すためのチェックシートや、仕事に対する価値観や貢献度を棚卸しするためのワークシートなどが盛り込まれています。

これらを通して、無意識とはいえ、いかに時間を無駄に消費しているのかに気付く方も多いでしょう。時間の時間を、自分の意思で、自分のためにコントロールする。そして、上質な毎を送りたいと考える方に、おすすめのキットです。

【内容・サンプル】

- 真の価値リスト
- 時間と平穩のプログラム
- 今日、数年前、5年後、10年後の生活
- ビジネスに関する質問
- タイムマネジメントのキーポイント10
- パーフェクトな生活を送るためのTIPS



コーチヴィルPACKについて

コーチングを行う際に活用できるアセスメントやワークシートなど、約300種類がダウンロードできる会員制ウェブサイト「コーチヴィル」から、テーマに沿った6つのアイテムをセットでご提供するもの。コーチにとってはコーチをする際の心強いパートナーとなり、コーチングを学ぶ人にとっては、教材として、また自分を知るためのツールとして役に立ちます。

サービス内容

- 【テーマ】 “生活と仕事のバランスをとる”
- 【開始時期】 2006年9月8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))

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：大谷

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

ウェブサイト: <http://www.coach.co.jp>