

結果を出す人は使っている！

1/17  
(金)

# セルフコーチングで なりたい自分になる 方法 2025

これまでの参加者が、**就活・婚活で目標を達成！**  
知っているだけで、**結果が違ってくる！**



2025年は目標達成の方法を学んで、  
充実した1年にしませんか？！

- ・効果的な目標設定の仕方
- ・目標達成のための方法やコツ

## コーチングとは？

相手の話に耳を傾け、観察や質問、ときに提案などをして  
相手の内面にある答えを引き出す目標達成の手法のこと

講師 熊谷 環

アリアル・ライフラボ 代表  
コアアクティブ・コーチ (CPCC)  
キャリアコンサルタント

## こんな方におすすめ

- ・自分を**変化・成長**させたい。
- ・**目標**を持って取り組みたい  
ことがある。
- ・物の**見方**や捉え方を変えたい。
- ・**コーチング**に興味がある。

日時 1月17日(金) 18:30~21:00

場所 テックアイエスコワーキング  
(松山市湊町4丁目6-12)

対象 愛work登録者(15~44歳)

定員 12名

お申込みはこちら⇒

※前日の12:00まで



【お問い合わせ】  
〒790-0012 松山市湊町四丁目8-13  
TEL 089-913-8686  
<https://www.ai-work.jp/>