



岩室ライフデザイン研究所

<http://iwamurohp.jp/ild/>

二日間の集中講座 | 10月19日(土)~20日(日)

仲良く
楽しく
ワクワク!

研修会「ゴール」

【目標設定・目標実現】

- 対象 ①仕事・生活で目標が実現できていない方
②忙しくて、目標や夢を考える時間がない方

目標を明確にして、実現する方法を学びます！
仕事・プライベートでも活用できる研修です！

目標設定編

1. 期日 10月19日(土)
9:30~15:30
2. 場所 岩室リハビリテーション病院
3. 参加費 2,000円
昼食をご持参ください！
4. 内容 目標設定方法の習得
詳しくは裏面を！

目標実現編

1. 期日 10月20日(日)
9:30~15:30
2. 場所 岩室リハビリテーション病院
3. 参加費 2,000円
昼食をご持参ください！
4. 内容 目標実現方法の習得
詳しくは裏面を！

主催：岩室リハビリテーション病院 リハビリテーション部

岩室ライフデザイン研究所

※メールでのお申込は⇒



○お申込み・お問い合わせは下記までご連絡ください。締切、10月4日。

TEL. 0256-82-4100 mezaki@niwell.or.jp 目崎

※研修内容・前回の研修の感想・FAX申込は裏面です！

FAX:0256-82-4288

※送信案内文不要

研修会「ゴール～目標設定・目標実現～」 申込用紙

	参加者	参加者
【氏名】		
【年齢】		
【職業】		
【参加日】		
【連絡先】		

※参加日は、下記の①②③からご選択ください。

①10月19日(土)のみ ②10月20日(日)のみ ③10月19～20日の両日

※10月20日(日)の「目標実現編」は、6月および10月19日に開催の「目標設定編」に参加した方が対象となります。

※次年度以降も、目標設定編・目標実現編の研修は開催予定です。

※個人情報については、研修の案内以外に利用することはありません。

～ 研修内容 レクチャーとワークショップ ～

目標設定編 内容

1. セルフィメージ
 2. 目標づくり、目標分類
 3. 目的・目標・手段
 4. アクティビティ
 5. 目標設定のルール
 6. 目標の地図作り
- 他にも、多数あり。

目標実現編 内容

1. 目標実現に必要なモノ
 2. 目標実現MAP
 3. メンタル
 4. 潜在意識の使い方
 5. 行動
 6. 目標実現のプラン作り
- 他にも、多数あり。

～ 研修参加者の感想 ～

○今日は研修ありがとうございました。分かりにくいところは具体例や図の解説があり、理解することができました。プライベートでも仕事の面でも目標設定について役立てていきたいと思います。根拠のない自信、やるか・やらないか、大切です。やるのみですね。挑戦していきたいと思います。

○仕事と暮らし、両方に生かせるかなと興味を持って参加しました。実際に話し合ったり、目標を立ててみて、漠然としていた"やりたいこと"を明確に出来たと思います。学んだポイントを生かして、明日からの仕事、暮らしに役立てようと思います。

○『目標』『夢』というキーワードに興味を持ち、参加させていただきました。リハビリテーションの枠を超えての研修で、とても楽しくワクワクしながら参加させていただきました。

☆出張・出前講座も可能ですので、お問い合わせください！