

# 頭の中、 ずっと忙しく ないですか？



## 考えを整理する時間、持っていますか

- ✓ 考えすぎて疲れる
- ✓ 人にどう思われるか気になる
- ✓ 気持ちの切り替えがうまくできない
- ✓ 頭の中がまとまらない

## 話すことで、頭の中がスッキリします

### 思考整理 コーチング

話していくうちに  
自分の考えや気持ちが  
整理されていきます

### しつもん 読書会

質問を通して  
自分の価値観や  
大切にしたいことに  
気づいていきます

### コミュニケーション 講座

人との関わり方や  
やり取りがラクになり  
関係が軽くなります

コーチイムア  
落合昭子



今すぐこちらから▶  
LINEで  
30分体験  
できます



📍 筑西市役所1階  
チャレンジショップ

受付時間 9:00~16:00  
☎ 090-5412-6526  
定休日 月曜日/木曜日