

# もっと伸びる! やる気を引き出す セルフコーチング



夢を叶えるために大切なのは、やる気やモチベーションを維持し続け、「やるぞ!」「がんばろう!」という気持ちを自分で作っていくことです。

元プロ野球選手・コーチで、現在は野球解説だけでなく、コーチングやメンタルトレーニングについても指導・講演活動をしている白井一幸さんに教えてもらいましょう!

スポーツ少年団や部活動で活躍する子どもたちはもちろん、指導者・コーチのみなさんもぜひご参加ください。

講師  
**白井 一幸氏**  
北海道日本ハムファイターズ  
元球団コーチ

## profile

プロ野球選手として日本ハムファイターズでの活躍後、ニューヨーク・ヤンキースへコーチ留学。帰国後、「教えない」「気合いを入れない」「喝を入れない」指導法を二軍監督時代に確立し、常勝ファイターズの礎を築く。実績に基づいた「圧倒的な成果を生み出す」講演・研修に定評があり、野球界だけでなく企業研修や育成コーチングの場で講演活動を続け、現在は「どさんこワイド」の月曜パーソナリティも務める。主な著書に『答えは相手の中にある』『神コーチング 人が育つ言葉』『わが子を一流選手にするメンタル・コーチング』など。

日時

2021年**11月5日(金)** 18:00-19:30 [17:30開場]

会場

駅前交流プラザ「よろーな」大会議室 [名寄市東1条南7丁目1-10]

対象

名寄市在住、または名寄市に通勤・通学されている小学生以上であればなたでも参加できます。

スポーツをやっている生徒はもちろん、市民アスリートやスポーツ指導・コーチをされているみなさん、ぜひご参加ください。

定員

**70名**

※先着順にて定員になり次第締め切ります。  
オンライン配信はありません。

参加料

**無料**

申込先



個人でのお申込みは、左のQRコードよりお申し込みください。

※団体お申し込みの場合には、以下のメールかお電話にてご連絡ください。