

一人一人誰もが素晴らしい種を持っています。
 その種を育てて、あなたらしい花を咲かせましょう。



やなぎさわ ゆみ

柳澤 優美

職業

●会社員 ●コーチ

資格

● ICA 国際コーチ協会認定ポテンシャルコーチ
 ● 味方学ファシリテーター
 ● ライフストーリーテラーインストラクター

略歴

●地域：長野市松代在住

長野市松代在住。
 会社員として働きながら二世帯家族の中で、3人の男子を育て結婚まで見届ける。
 大切な人たちを笑顔にしたい、とくに子育てや仕事を頑張っている人を応援したい
 という思いでコーチとして活動中。

PROFILE



好きな色：ピンク・紫 好きなもの：ひまわりの花 ミニマウス シェリーメイ ジブリ映画

好きな言葉 一期一会 好きな人 ナオトインティライミ 尊敬する人 須永 博士

好きなこと ディズニーに行くこと 体をうごかすこと 本を読むこと トレッキングなど

コーチングセッションメニュー

方法

対面

電話

ZOOM

●方法 いずれか選んでください

●主な対応場所 松代商家
 コーチスクエアセッションルーム

時間帯

平日

土日

●平日 (18:00~21:00) 応相談

●土日 (9:00~17:00) 応相談

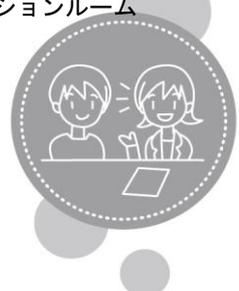
料金

1回

● 初回体験セッション 1回 3,000円/60分

● 通常セッション セッション1回 5000円/90分

● 継続セッション1回 4,000円/90分



子育て

恋愛 結婚

自分探し

ミッション

「お一人お一人に寄り添って話を聞く」「心をほぐす」
 ことを大切にしていきます。

長野市松代町で3人の男の子を育ててきました。
普段は会社員として働きながらコーチングの仕事をしています。

仕事で人間関係がうまくいってない時、コーチングセッションを受けることで、
ずっと嫌いだと思っていた人と『本当は仲良くなりたい』という自分がいたことを発見しました。

コーチから質問で意外な自分に気づいたり、コーチに話を聞いてもらうことで癒され元気がでたりするコーチングセッションの良さを体感しました。
誰かに話すことでほっとできたり、癒されたり、
そっと背中をおしてあげることで元気になれたりやる気がでたり
みんなが夢をもってキラキラした自分らしい人生をおくるお手伝いができたらいいな—と思っています。

一人一人、誰もが素晴らしい種子をもっています。
その種子を育てれば、

誰もが素敵な自分らしい花を咲かせることができます。

一人一人かけがえのない人間です。
あなたという人間は、この世に、そしてこれからも
あなた一人しか存在しない

あなたが存在すること自体が尊いことなのです。
それぞれ違ってあたりまえ

あなたにしかない種子ってなんだろう？
あなたらしい花ってなんだろう？
これからも探し続けましょう。
そして育てつづけましょう。
あなた自身も気づかないあなたのよさ、
ホラ、いっぱいあるよ。

種が違えば

花は咲く場所も色も大きさも数もちがう

咲く季節もちがう

春咲く花もあれば

夏咲く花

秋咲く花もある

誰にでも

美しき種子あり

一緒に探して育てていきましょう。