

# 充実コース/一年間

## <ご契約内容のご確認>



**上林菜月様**

**この度はご契約いただき、ありがとうございます。  
ご説明の際に使用しましたスライドの一部です。  
コース内容や特典をご確認いただき、  
ご不明点ございましたらお問合せくださいませ。**

**2024/09/30      益本奈緒子**

**◆2024/9-10月受講料無料**

**◆受講期間1年間  
(2025年10月末まで)**

# ＜充実コースにお申込みいただきました＞

**充実コース**

**話し方講座**

**10分トーク**

**ノート講座**

**ノートコース**

**10分トーク**

**ノート講座**

# ノート講座 カリキュラム

- ① ノートづくりの型
- ② 要点をつかむ
- ③ 描くことをスツキリ
- ④ イラスト得意になろう！
- ⑤ 一度描いたら忘れない読書ノート
- ⑥ 総仕上げ！ 実践練習

<ノート講座 おすすめ方>

◆ZOOM◆

グループレッスン  
月2回 120分

# 10分トークとは

ノートを描く  
×  
話す  
×  
書く



**同時に実践練習！**

- ・1人持ち時間10分
- ・テーマに沿って
- ・話す順番はその場で決める



# 「話し方講座」カリキュラム

- ①②「話し方」の基本
- ③④コミュニケーション理論 & 実践
- ⑤質問力
- ⑥⑦「伝わる」ための工夫
- ⑧「思い」をのせる話し方orプレゼン練習

# <話し方講座 おすすめ方>

◆ZOOM◆

個別・グループレッスン ミックス  
約月1回 60分

# <充実コース 7つの特典>

- ①オンライン講座の動画配信
- ②随時個別コンサル（FBメッセージ/LINE）
- ③受講生様限定！FBグループにご招待
- ④FBグループ投稿内容に即時コメント&アドバイス
- ⑤レッスン時に毎回動画を見て、即実践！
- ⑥毎回レッスン時にヒーローインタビュー
- ⑦受講期間中5回までZOOM個別コンサル  
（ノート・話し方・10分トークの振り返り）