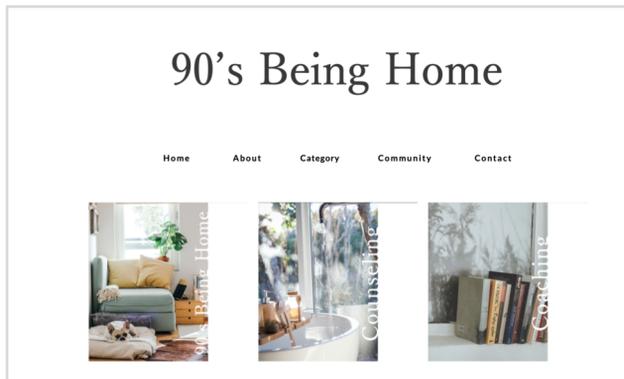




20代・女性5人が手がける 90年代生まれのための、メンタルコーチサービス 「90's Being Home」 予約スタート！

株式会社AIDAMA(本社：大阪市北区茶屋町、取締役：小畑菜月)は、90年代生まれ(現在21~31歳)の人々をターゲットとした、オンライン・パーソナル・メンタルコーチサービス「90's Being Home(ナインティーズ ビーイング ホーム)」を、10月10日(土)より開始いたします。



◆「90's Being Home (ナインティーズ ビーイング ホーム)」とは？

キャリア・恋愛・人間関係など、人生の中で最も不安になりやすい時期と言われている「クオーターライフクライシス」に差し掛かる90年代生まれ/20~30代をターゲットとした、オンライン・パーソナル・メンタルコーチサービスです。

ミレニアル世代の課題解決に特化した心理セラピストを迎え、カウンセリングとコーチングのパーソナルセッションを通じて同世代だからこそ共感できる悩みや不安の解決・目標達成のサポートを行います。

ファッション、コスメ、ヨガなどの、美容や健康への投資と同じような「メンタルヘルスケアの日常化」を目指した

【オンラインで自宅から受けられる気軽さ】と、【お財布事情に合わせた都度払いシステム】が魅力です。

90's Being Homeが「自分の在り方-Being-」を、ゆっくり考える/向き合うことができる“もう一つの家のような場所”として機能することでメンタルヘルスカルチャーが日本社会でより身近になる きっかけ になればと願っています。

◆なぜ、20代の私たちがこのサービスを提案するのか？

ミレニアル世代が抱えているメンタルヘルス不調の深刻な実態をご存知でしょうか？

実はこの世代の死因の第1位は「自殺」であり、また先進国7か国の中で

同世代の自殺率が最も高い国は、日本なのです。この結果から、国内の多くの ミレニアル世代がメンタル不調を抱えていることがわかります。

そんな私達と同年代の人々が、より気軽にSOSの声を届ける事ができて、自分のココロと向き合う事ができる環境を身近につくりたいという想いから、このサービスを立ち上げました。

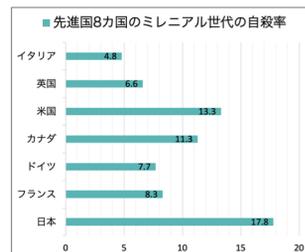
※ベギー・ドレクスラー氏 (NY在住の心理学者)は

ウォール・ストリート・ジャーナルで、ミレニアル世代は自らを向上させる

手段としてセラピーを考えており、完璧でありたいという欲求に悩まされ、

期待通りに物事が進まないと感じた時に助けを求めようになっていると提言しています。

欧米ではミレニアル世代はセラピー世代といわれており、既に世界的に需要は高まっています。



順位	死因	割合 (%)
第1位	自殺	42%
第2位	病死	22%
第3位	不慮の事故	11%

引用：平成30年度厚生労働省「自殺対策白書」

◆90's Being Home コーチ 岡 貴美代 / KIMIYO OKA

自身のワーカホリック経験時に、メンタルの不調を感じたときに気軽に利用できるサービスの少なさや

日本におけるメンタルヘルスに対する関心の低さ、サービスを受ける敷居の高さを感じ

自らメンタルを鍛えることを決意。大学時代から学び始めた心理学の資格を本格的に学び始める。

現在はNLP (神経言語プログラミング)をはじめ、実践カウンセリング、TA交流分析

ヒプノセラピー等、コミュニケーションを通じて、心と向き合う大切さを広めるため

企業社員研修セミナー講師や、大学で外部講師としても活動する若手心理セラピスト。

【保有資格】・米国NLP™協会認定NLPコーチ ・米国NLPTM協会認定NLPマスタープラクティショナー



◆「今のあなた」に合わせて選べる2つのコース

トライアル / 3,000円+税 (1回)

-初心者・コーチング・カウンセリング未経験者向け-
客観的にイマの自分を見つける お試しセッション

キャリア・人間関係・お金・健康・趣味など、様々な観点からあなたの現実と理想の「ワークライフバランス」についてヒヤリングを行い、今のあなたに必要なカウンセリング又はコーチングサービスの提案を行います。セッション後には、性格分析結果と、ワークライフバランスセッションのフィードバックが記載されたAIDAMAオリジナルシートを、本セッションをご購入いただいた方全員にプレゼント致します。

カウンセリング / 6,000円+税(1回)

-心がモヤモヤする方-

抱えている悩み・不安を聞き、解決・解消へと導きます

あなたが今抱える問題や、不安、人間関係や職場での悩みなどをカウンセラーとの対話により、解決・解消を目指します。

【効果】

- ・悩みを言語化することで、心が安らぐ
- ・日々のストレスが軽減され、今やるべきことに集中できる
- ・客観的に自己分析を行う習慣をつけることで視点や視野が広がり、新たな気づきを得ることができる

コーチング / 16,000円+税(1回)

-ステップアップしたい方-

目標の達成をサポートし、自己成長へと導きます

現状を客観視し具体的な課題を見つけていくことで、あなたが掲げる目標を達成するために必要な要素を、コーチと共に導き出します。

【効果】

- ・思考を言語化することで、自己理解が深まる
- ・あいまいなゴール/ビジョンが明確になる
- ・目標達成に必要な行動計画を設計できる

◆ご利用の流れ

【STEP 1】

BASEで対象サービスをご購入頂き

お送りする特設URLより《実施日程の予約》《事前ヒアリング》を行って頂きます。

【STEP 2】

予約確定後、ZOOMのご招待メールをお送りします。

【STEP 3】

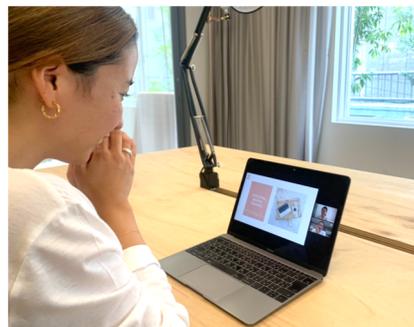
予約日時にZOOMにて、オンラインセッションを受講頂きます。

(あなたが最もリラックスできる環境がおすすめです！)

【STEP 4】

受講終了後、アンケートの回答で次回¥1,000 OFF クーポンをGET！

次回予約の際、ぜひご活用ください。



◆AIDAMAとは

会社名：株式会社AIDAMA
住所：大阪市北区茶屋町6-23茶屋町TATSUMIビル8F
代表：代表取締役 鹿島 紘樹 取締役 小畑 菜月
設立：平成31年2月14日
HP：<https://aidama.co.jp/>
note：https://note.com/aidama_



◎オフィシャル素材は、下記リンクよりダウンロード頂けます。

<https://23.gigafire.nu/1106-d3a0acb8c2cc2c759004c84561ef46921>