

33年連続全員合格の カーサ・フェミニナ教育研究所による

2023年1月8日

33年連続全員合格(正会員)

(株)カーサ・フェミニナ教育研究所

札幌・仙台・東京・横浜・名古屋・京都・

大阪・神戸・岡山・広島・香川・福岡

〒814-0001 福岡市早良区百道浜1-3-70

ザ・レジデンシャルスイート福岡1602

TEL:0120-53-2327

FAX:0120-56-2327

http://www.casa-feminina.com



塾長ホットLINE



カーサ・フェミニナ

検索



受験生の

タイム・マネジメント・セミナー



【プロフィール】

元ラグビー日本代表

福岡 堅樹さん

ふくおかけんき/1992年福岡県生まれ。高校・大学とラグビー部で活躍し、2016年にパナソニックワイルドナイツに加入。リオデジャネイロオリンピック7人制日本代表、ラグビーワールドカップ2015・2019日本代表に選出される。医師を目指すため、2020-21年度シーズンに現役を引退。現在、大学の医学部に在学中。

Q1: 現役時代のルーティンは？

福岡: 所属チームにいた時の基本は、8時半から筋トレが始まり、午前中はグランド練習。昼食後に自宅で30分ほど昼寝をし、14時半から17時まで午後の練習。帰宅後は1日1時間を目安に机に向かっていました。医学部受験に向けて、基礎知識を忘れないためです。

Q2: 勉強を頑張る人にアドバイスは？

福岡: 勉強は集中力が重要。僕自身、1時間程度で集中力が切れるので、短時間集中したらゲームや運動でオンオフを切り替えます。身体を動かすことでリセットでき、効率が上がる可能性も、長時間机に向かっていただけにならないよう、どんなやり方が合うのかを見つけてほしいですね。

福岡 堅樹さんは、1日1時間の勉強で医学部に合格されました。タイム・マネジメントはまさにライフ・マネジメントなのです。人生に成功する人達はすべて時間管理に秀れています。あなたも人生に成功するために、この「タイム・マネジメント・セミナー」で良い習慣を身につけようではありませんか。

セッション	【ターム1】 セミナー内容	受講料
1	タイム・マネジメントは乗りもの	10万円
2	目標の立て方で決まる未来	10万円
3	優先順位の決め方で決まる達成スピード	10万円