

第12回 東北”絆”練習会

指導者・保護者向け

メンタルコーチング講座

7.20 日 13:00 - 14:00

内容

- ✓ メンタルとは何か
- ✓ 指導者・保護者の在り方
- ✓ やる気を引き出す
コミュニケーション
- ✓ 本当に必要なのはやる気
ではなく〇〇〇気



実績

共著により『子どもが自ら
夢を叶える力を育む「子育て
て法」42選』を出版。
(2025年4月11日発売)
本著では「スポーツマンシ
ップから考える子育て」の
テーマで寄稿。



講演実績

東京都高体連ソフトボール専門部／千葉県高体連／千葉県流山市教育委員会／千葉県教育研究会船橋支部／茨城県龍ヶ崎市のスポーツ協会／習志野市生涯学習複合施設「プラッツ習志野」／東京都立田園調布高校（授業）／東京都立羽村高校（授業）／千葉県我孫子二階堂高校（全校生徒向け）／千葉県浦安市立浦安中学校（全校生徒向け）／浦安市子育てミーティング／他スポーツクラブチーム向け、学校部活動向け、企業向けなど多数



講師

上坂 実 Minoru Uesaka

長男が在籍した学童野球のコーチを経験した期間にコーチングに関心を持ち、学んだことがきっかけで、子どもが伸びる指導を広めるとともにアスリートを支えたいという思いから独立し、2014年に起業。スポーツメンタルコーチやスポーツビジョンインストラクターとして、競技や世代を問わず、ジュニア世代からプロ選手までのアスリート個人やチーム、部活、指導者、保護者をサポート。公共機関、学校、企業などでも講演活動も行う。TOKYO2020では、フィールドキャストとして、フェンシング会場を担当。