TAM
YOUNG
COACH

Spousal Integration Bootcamp

帯同パートナー向け定着支援プログラム ― 企業様向けご案内

プログラムの概要

名古屋・愛知県へ赴任される従業員の方のパートナー（帯同ご家族）を対象とした、10 週間のコーチングプログラムです。来日直後のパートナーが直面する日常生活の課題を、実際に必要になる順序に沿って一つずつ扱います。10 週間が終わるころには、パートナーの方がご自身で日本の日常生活を回せるようになり、赴任全体が安定した土台の上に立つことを目指します。

対象となる方

仕事のために名古屋・愛知へ移住される従業員の方のパートナー。赴任期間はおおむね 2 年から 5 年を想定しています。企業のリロケーション支援の一環としてご提供するほか、ご家族単位でのお申し込みも同じ条件で承ります。

進め方

- 1 回 1 時間のセッションを、週 1 回、10 週間にわたって行います。
- セッションはすべてオンラインで、毎週決まった曜日・時間に実施します。
- 渡航前のご出発前から開始でき、来日後も間を空けずに継続できます。
- 各回で日常生活の一つのテーマを取り上げ、最後に翌週までの具体的な行動を一緒に決めます。
- 各回の終了後、その週のテーマを平易な言葉でまとめた 1 ページのワークシートをお渡しします。

- セッションの合間には、短いご質問であればメールでお受けします。

10 週間の内容

1. **最初の 1 か月と心の準備** ― 住まい、来日後最初の 1 か月の流れ、期待と不安の整理。

2. **市役所と公的な手続き** — 住民登録、マイナンバー、健康保険、年金、そして役所から届く書類への対応。
3. **お金と携帯電話** — 銀行口座の開設、各種料金の支払い、海外送金、携帯電話の契約。
4. **医療** — クリニックと病院の使い分け、名古屋で英語対応が可能な医師・歯科医の探し方、緊急時の対応。
5. **名古屋での移動** — 電車・バスと交通系カード、自転車のルール、運転免許の切り替え。
6. **家庭の実務** — 買い物と表示の読み方、ごみの分別と収集日、郵便・宅配、公共料金。
7. **安全と万一のとき** — 地震や荒天への備え、警報の意味、困ったときの連絡先。
8. **自分の 1 週間をつくる** — 生活のリズム、運動や趣味、名古屋で人と出会える場所。
9. **仕事・学び・在留資格** — 家族滞在ビザでできること、資格外活動許可（パートタイム就労）、日本語教室や学びの選択肢。
10. **振り返りと次の 90 日** — 順調に回るようになったこと、まだ難しいこと、そして今後 3 か月の計画。

コーチについて

タム・ヤングは 2011 年からコーチングを行い、経験は 15 年になります。国際コーチ連盟（ICF）会員、国際 NLP 協会認定 NLP プラクティショナーです。日本での生活は 22 年、名古屋近郊を拠点としています。国際的なリロケーション支援プログラムを通じたものを含め、日本に赴任された従業員の方とそのパートナーの方のコーチングを行っており、自身が日本へ移住した経験も、この仕事に活かしています。

企業様へお渡しするもの

- 参加者の開始日と修了日のご連絡。
- 第 10 週に、参加者ご本人と内容を確認したうえでお渡しする、短い修了サマリー。
- それ以外のものはお渡ししません。セッションで話された内容は秘密厳守であり、企業様へ共有することはありません。

料金

お一人様 300,000 円（10 週間プログラム一式、税別）。お支払い条件は Tam Young Coach の通常の企業向け条件に準じます（お支払いは 30 日以内。開始時刻の 24 時間前を過ぎてからのキャンセルは 1 回分として数えます）。

まず 1 名様のパイロットから始められ、対象を広げていかれる企業様も多くいらっしゃいます。その形も

歓迎いたします。

お問い合わせ

Tam Young Coach — tamyoungcoach.com

メール：info@tamyoungcoach.com

拠点：愛知県名古屋市近郊