コーチの質が、
コーチングの効果を決める。

me:Rise for Business

法人向けコーチング・研修サービスのご案内

me:Riseはコーチングの質が
何より大事だと信じています

株式会社Rubato

2026年

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

アジェンダ

me:Rise for Business

1. **会社概要・代表の想い**
   株式会社Rubato・代表の想い・沿革・コーチングの実績
2. **サービスの特徴**
   me:Riseが選ばれる3つの理由・コーチの選考とマインド・チーム運営・コーチ紹介・支援実績・生成AI活用
3. **サービス一覧**
   コーチング・研修・セルフキャリアドック
4. **コーチングコース**
   各コースの詳細・対象・料金
5. **研修プログラム**
   10プログラムの詳細
6. **セルフキャリアドック**
   制度構築・導入支援／キャリア面談の提供
7. **Rubatoのサービス**
   サービス・顧客

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

会社概要

株式会社Rubato / me:Rise for Business

会社名	株式会社Rubato（Rubato Co., Ltd.）
所在地	〒113-0033　東京都文京区本郷2-4-7　大成堂ビル2階 TEL：050-1722-8810
サービス	me:Rise for Business 法人向けコーチング・研修サービス
特徴	研修とコーチングを組み合わせた効果的な人材育成支援 厳選された20名以上のプロコーチが在籍（採用率15%）
導入実績	大手外資系メーカー・消費財メーカー・情報通信企業・ 医療系企業など多数

500+
研修開催数

1万人+
受講者数

70社
導入企業数

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

代表の想い

me:Rise for Business

代表の想い

「コーチングの力を、すべての働く人に届けたい」

私がme:Riseを立ち上げた原点は、ひとつのシンプルな想いでした。

優秀な人材が、自分のポテンシャルに気づかないまま埋もれていく。
マネジャーが、部下の育成に孤独を感じながら奮闘している。
経営者が、本音で話せる相手を持てないでいる。

コーチングの効果を決めるのは、ITツールでも管理の仕組みでもありません。
コーチの質そのものです。

私たちは「コーチングの質が何より大事だ」という信念のもと、
コーチの採用・育成・管理に一切の妥協をせず、
すべての企業・すべての人に本物の変化を届け続けます。

代表取締役　松上 純一郎

- 同志社大学卒業、神戸大学大学院・University of East Anglia 修士課程修了
- 米国戦略コンサルティングファーム、モニターグループ（現モニターデロイト）で製薬企業のマーケティング・営業戦略、海外進出戦略の策定に従事
- アライアンス・フォーラム財団で新興国進出支援・栄養改善プロジェクトに従事
- 著書『PowerPoint資料作成 プロフェッショナルの大原則』（技術評論社）ほか

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

me:Riseの沿革

2010年の創業以来、個人・法人の双方にコーチングを届けてきました

2010年	株式会社Rubato設立
2019年8月	**オンラインキャリアコーチングサービス「me:Rise」提供開始**
2019年9月～	無料オンラインイベント「日曜朝の余白の習慣」、キャリア読書会「TurnQ」を開始
2020年5月	朝日新聞社運営メディア「telling,」等に掲載
2022年1月	**法人向けコーチングサービスの提供を開始**
2024年8月	コーチ3名が新たに参画
2024年12月	コーチ2名が新たに参画
2025年1月	シングルマザーのリスキリング自立支援プログラムへme:Riseを提供
2025年6～7月	コーチ2名が新たに参画
現在	**認定コーチ21名の体制で個人・法人の双方を支援**

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

コーチングの実績

me:Rise for Business

2019年のサービス開始以来、約1,200名の方に4,477回のセッションをお届けしてきました

2026年9月14日時点

累計セッション実施回数

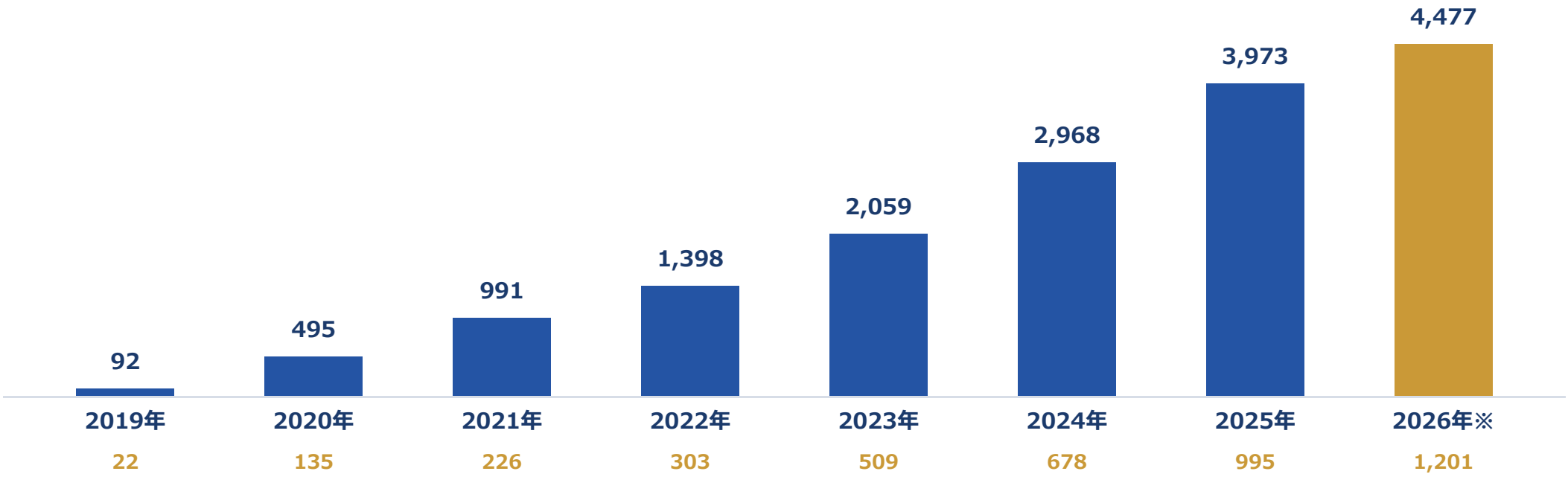
4,477 回

累計クライアント数

約1,200 名

累計セッション回数の推移

棒グラフ＝累計セッション回数 ／ 下段の数字＝累計クライアント数



※ 2026年は9月14日までの実績。数値は個人向け・法人向けコーチングの合計。無料カウンセリング・社内ミーティング等は含みません

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

アジェンダ

me:Rise for Business

1. **会社概要・代表の想い**
   株式会社Rubato・代表の想い・沿革・コーチングの実績
2. **サービスの特徴**
   me:Riseが選ばれる3つの理由・コーチの選考とマインド・チーム運営・コーチ紹介・支援実績・生成AI活用
3. **サービス一覧**
   コーチング・研修・セルフキャリアドック
4. **コーチングコース**
   各コースの詳細・対象・料金
5. **研修プログラム**
   10プログラムの詳細
6. **セルフキャリアドック**
   制度構築・導入支援／キャリア面談の提供
7. **Rubatoのサービス**
   サービス・顧客

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

me:Riseサービスの特徴 ― 信念

me:Rise for Business

me:Riseの信念

me:Riseは、**コーチの質が何より大事だ**と信じています。

予約システムや各種ツール、AIの活用など、コーチングを支えるサービスは進化し続けています。

しかし、長年コーチングに向き合ってきた私たちがたどり着いたのは、その効果を最後に決めるのは、
「コーチのスキル」だということです。

相手の表情や言葉、反応の変化を丁寧に捉え、その場その場で**本質に迫る問い**を投げかける。
時には視点を広げ、時には深く掘り下げながら、本人もまだ言葉にできていない思いや課題を引き出していく。

こうした、**一人ひとりに合わせて対話を組み立てる力**こそが、コーチングの質と効果を左右すると
考えています。

©Rubato Co., Ltd. ― Confidential ―

me:Riseサービスの特徴 ― コーチングの質

me:Riseセッションはなぜ効果が出るのか？ ― 3つの理由

コーチの採用・育成・品質に一切の妥協をしません

1 実技による厳しい選考（1次～3次）

★ 採用率15%の厳選コーチが在籍

書類審査後、3回のコーチング実技試験を実施。最終実技試験は代表自らが受講しています。
採用率15%の選考を通過したプロのみが在籍しています。

2 継続的な実技研鑽と品質管理

★ 定期的なMTGで品質を維持向上

採用後もスキル・知識研鑽のためのトレーニングセッションやプロジェクト単位での勉強会を通じて、
コーチングの質を継続的に維持・向上します。

3 コーチの豊富なビジネス経験

★ 全コーチが豊富なビジネス経験保有

在籍コーチは全員、国内外での豊富なビジネスキャリアを持つ実践者。
多様な業種・職種での経験をもとに、深い共感と実践的な問いかけを行います。

©Rubato Co., Ltd. ― Confidential ―

コーチ選考プロセス

me:Rise for Business

実技セッションは共通の6項目で評価。合格者と不合格者の評点には明確な差が出ています

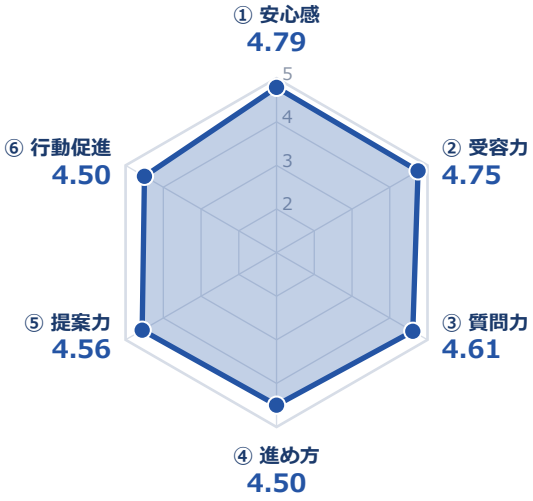
選考実績：2021～2024年　／　実技評価データ：2023～2025年

STEP 1	STEP 2	STEP 3	STEP 4
書類審査	**実技選考 1次**	**実技選考 2次**	**最終選考（代表）**
76名 → 27名（36%）	27名 → 17名（22%）	17名 → 12名（16%）	12名 → 11名（14.5%）

合格者と不合格者の実技セッションの平均評点（5点満点）

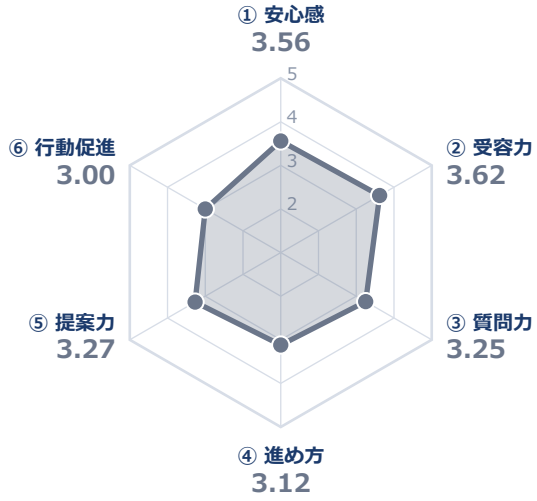
合格者

総平均 4.62



不合格者

総平均 3.32



※ 2023～2025年の実技選考記録44件（合格28件／不合格16件）の平均。5段階評価／目盛り1～5点

全6項目で合格者が **+1.1～1.5** 点上回る

評価6項目と、合格したコーチに共通するふるまい

1 安心感	愛想ではなくどっしりとした存在感。自然な笑顔で、等身大で向き合う
2 受容力	相槌の量ではなく、置き所を大事にする。考えている間は言葉を挟まない
3 効果的な質問	珍しい問いは使わない。短い問いを重ね、相手の言葉から気づきを立ち上げていく
4 丁寧な進め方	選択肢を「示す」のではなく「選ばせる」。途中で方向を丁寧に確認する
5 提案・情報提供	観察した事実を述べ、「私には」と主語を置いて返す
6 行動促進	意思（やってみたいか）と実行可能性（やれそうか）を分けて確認する

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

コーチに求めるマインド

me:Rise for Business

実技の評価が基準に達していても、この姿勢が持てない方は採用していません

2021〜2025年の選考記録より

① 自分が変わった経験がある

全コーチが、自分自身がキャリアに悩み、コーチングによって変わった実感を持っています。その経験が支援の動機になっています。

「復職後に自己肯定感が低くなった。そこを救ってくれたのがコーチングでした」

② 人が変わる瞬間に立ち会いたい

コーチングを収入や集客の手段として捉えていません。目の前の方が一歩踏み出す場面に立ち会うことを動機にしています。

「職業選択だけでなく、もっと深い想いについて話したい」

③ ひとりで完結せず、共に創る

勉強会・案件の振り返り・情報発信にも参加し、コーチ同士で質を高め合うことを引き受けられる方だけが在籍しています。

「共に創るという関係性が好き。チームで何かするのが好きです」

52%

書類選考で見送る理由のうち、経歴ではなく志望動機・共感度によるものの割合

実技の点数だけでは採用しません

実技6項目で高い評価を得た方でも、サービスへの共感が確認できず不採用としたケースがあります

※ 書類審査の評価記録40件・面接記録44件の分析にもとづく。引用はコーチ本人の発言を匿名化したもの

コーチチームの準備と振り返り

me:Rise for Business

コーチは個人で動きません。案件ごとにチームで準備し、終了後に全員で振り返ります

① 支援開始前 ｜ 案件キックオフ

ご支援を始める前に、担当コーチ全員で集まります

事業環境と施策の背景まで共有する
中期戦略・人事制度・この施策が生まれた経緯を、コーチ全員が同じ解像度で理解します。

「評価」ではなく「文脈」を渡す
「この会社の人はこうだ」という決めつけではなく、社員の方が見ている景色を共有します。

一人ひとりが心がけることを言葉にする
目標デザインシートに記入して共有し、案件終了時に振り返れる形で残します。

ご支援期間

各コーチがセッションを実施

② 支援終了後 ｜ 振り返り会

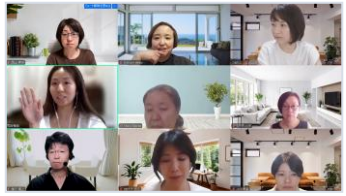
ご支援が終わったら、経験を学びに変えます

案件全体の傾向を俯瞰する
各コーチのレビューシートを持ち寄り、この案件で何が起きていたかをチームで捉え直します。

コーチ同士で経験を意味づける
ペアでのヒアリングを通じて、一人では気づけなかった視点を引き出し合います。

次に担当するコーチへ引き継ぐ
「次にこの案件を担当するコーチに何を伝えるか」まで言語化して残します。

実際の振り返り会の様子（オンライン開催）



振り返り会では「人事部様にお伝えしたいこと」も洗い出しています

現場のコーチが社員の方々との対話を通じて見えた、キャリア観の傾向や組織の課題感を、次の施策づくりに向けた新たな視点としてお戻しします。

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

コーチ紹介

me:Rise for Business

厳選された21名のコーチが在籍しています（1/3）

志賀 文香

累計クライアント 95名

日本生命で営業・営業マネジメント・人事を経験し、現在はパーソルキャリアに在籍。150名以上の転職支援実績と法人顧客の採用支援経験を活かし、若手～中堅のキャリア開発を支援。**【資格】レジリエンス講師認定（The School of POSITIVE PSYCHOLOGY）**

井本 仁美

累計セッション 445時間

リクルートエージェントで法人営業・新サービス立ち上げ・育成に従事。現在は法人向けキャリアカウンセリング、研修講師、採用支援を担当。社員の行動変容を促す伴走型。**【資格】ICF認定ACC／国家資格キャリアコンサルタント／GALLUP認定ストレングスコーチ**

橋本 幸恵

累計セッション 3,047時間

旭化成ホームズに勤務後、コーチング・チームビルディングを学び企業研修も担当。チームのモチベーションマネジメントとパフォーマンス向上を支援。**【資格】チームフロープロコーチ養成スクール認定コーチ**

山崎 奈央

累計セッション 500時間

リクルートでHRサービス営業、人事コンサルティング会社で組織開発・人材育成案件を多数担当。個のリーダーシップを引き出し組織成果につなげる設計が強み。**【資格】ICF認定PCC／CTI認定CPCC／認定ワークショップデザイナー**

小泉 暁子

累計セッション 604時間

ソニーで21年、商品開発・事業企画を経て人事部で人材育成・女性活躍推進を担当。組織開発ベンチャーでは契約企業社員の外部メンターを務める。子育てと仕事の両立支援に知見。**【資格】国家資格キャリアコンサルタント／コーチングプラットフォーム認定コーチ**

高橋 基成

累計セッション 1,010時間

金融機関と教育機関で長年業務に従事し、自らも大幅なキャリアチェンジを実践。キャリアの再構築に悩む社員の自分軸の発見と強みの言語化を支援。若手・中堅層に伴走。**【資格】全米NLP協会マスタープラクティショナー／7つの習慣®実践会認定ファシリテーター**

中田 真理子

累計セッション 555時間

三井物産で13年、財務・エネルギー事業でロシア・英国駐在を経験。多国籍チームでの就業経験を活かし、若手から管理職まで自分の軸とビジョンの言語化を支援。**【資格】ICF認定PCC／CTI認定CPCC**

重次 泰子

累計セッション 630時間

日本銀行・三菱総合研究所で計23年勤務。「メンバーの幸福度とチーム成果を両立させる仕組み」を軸に、企業研修とビジネスパーソン向けコーチングを展開。**【資格】ICF認定PCC／GALLUP認定ストレングスコーチ**

コーチ紹介

厳選された21名のコーチが在籍しています（2/3）

尾上 俊介

累計セッション 2,150時間

サッポロビール・ファミリーマート・リコージャパンで20年間、人事採用・教育・障がい者雇用に従事。採用から定着支援まで一貫した知見を持ち、企業研修・大学キャリア講師も担当。**【資格】国家資格キャリアコンサルタント／AICF認定コーチ／産業カウンセラー**

水上 典子

累計セッション 300時間

三井住友銀行で10年、法人営業・経営／海外事業企画・シンガポール駐在を経験。現在は社労士として人事・労務の観点から組織づくりに携わる。20～30代から経営層まで対応。**【資格】ICF認定ACC／社会保険労務士**

志鎌 あかね

累計セッション 300時間

本田技研工業で10年、海外営業・物流・人事を経験。新入社員から次期経営幹部候補まで約900名の育成に携わり、米国・欧州の育成機関とも協働。次世代リーダー育成に知見。**【資格】ICF認定PCC／CTI認定CPCC／国家資格キャリアコンサルタント**

西山 伸子

累計セッション 480時間

トランスコスモスで19年、人材育成の企画・コンテンツ開発・講師を担当し、企業の育成体系づくりを内側から経験。転職・異動・育休など多様な節目のキャリア選択を支援。**【資格】ICF認定PCC／国家資格キャリアコンサルタント／GALLUP認定ストレングスコーチ**

小平 ゆう子

累計セッション 620時間

JACリクルートメントで17年、法人営業とキャリアアドバイザーを務め1000名以上と面談。管理職として部下育成・組織運営も経験。自律的なキャリア形成を支援。**【資格】GALLUP認定ストレングスコーチ／アナザーヒストリー認定プロコーチ**

村松 陽子

累計クライアント 160名

プライム上場企業の人材育成部門を経てベネッセ人事部で採用・女性活躍推進・働き方改革・人事制度企画を推進。現在は組織・人事コンサルとリーダー向けコーチングを提供。**【資格】国家資格キャリアコンサルタント／アナザーヒストリー プロコーチ養成スクール認定コーチ**

髙本 由美子

累計セッション 500時間

ベルリッツジャパンで法人営業・スクールマネージャーを8年、以後18年間人材サービス業界で約3,000名の相談と1,000社の採用支援に従事。ミドル・シニア層の支援が強み。**【資格】ICF認定PCC／国家資格キャリアコンサルタント／コーチングプラットフォーム認定コーチ**

竹谷 由弥子

累計セッション 835時間

SMBC日興証券・大手建設会社を経てトランスコスモスへ。千名規模のオペレーションマネジャー、Microsoft認定データアナリストとして人材育成・特許取得支援を担当。**【資格】チームフロープロコーチ養成スクール認定コーチ／中級心理カウンセラー**

コーチ紹介

厳選された21名のコーチが在籍しています（3/3）

高橋 悠人

累計セッション 1,050時間

三菱UFJ銀行・メットライフ生命を経て、DXコンサルのスタートアップで営業・人事領域の経営職として5年間全社をリード。現在は人事責任者。キャリア・マネジメント・起業に対応。**【資格】ICF認定PCC／GALLUP認定ストレングスコーチ**

建部 真奈

累計セッション 159時間

ITエンジニアを経てサザビーリーグで基幹システム刷新をプロジェクトマネジャーとして推進。現在は国際医療NPOでITチームと経営に携わる。英語セッションも対応。**【資格】ICF認定コーチ／CRR Global認定ORSCC／国家資格キャリアコンサルタント／MBA**

鶴谷 愛子

累計セッション 130時間

パソナで約17年、法人営業・キャリアアドバイザー・研修企画運営に従事。全社研修のグランドデザインを担当し900名以上と面談。管理職としてマネジメント経験も持つ。**【資格】国家資格キャリアコンサルタント／CTI認定CPCC**

髙瀬 智之

累計セッション 793時間

アデコで50～100名規模のBPO案件を統括、パーソルで営業20名を率い年商30億円を牽引。DX部門責任者として人的資本経営も推進。20年以上で約4,000名の面談実績。**【資格】ICF認定ACC／プロティアン認定ファシリテーター**

近江 佳代子

累計セッション 200時間

中西金属工業で約20年、営業企画・経営企画の管理職として課題解決会議やKPI策定を主導。現場が主体的に動くアクションプラン策定を支援。研修講師・組織アドバイザーも担当。**【資格】国家資格キャリアコンサルタント／THE COACH認定プロフェッショナルコーチ**

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

me:Riseにフィットするお客様

コーチングの効果は、私たちだけでは生み出せません。次の3点を大事にされている企業様と、最も良いご支援ができています。

1 コーチング施策をやることが目的ではなく、コーチングで変化を出すことを目的としている企業様

「実施すること」がゴールになると、対象者の選定も、事前の準備も、終了後の扱いも形式的になりがちです。me:Riseは、何がどう変わったら成功なのかを最初に握り、そこから逆算してご支援を設計します。変化に責任を持ちたいとお考えの企業様と、最も良いご支援ができています。

2 コーチングの効果を高めるために、共に施策をより良くするための議論を深めたい企業様

ご支援を始める前に、担当コーチ全員で中期戦略・人事制度・この施策が生まれた経緯を共有するキックオフを行っています。社員の方が置かれている文脈が分かるほど、対話の質は上がります。背景の共有と率直な議論にお時間をいただける企業様に向いています。

3 コーチングの現場から見えたことを次の施策に生かしたい企業様

支援終了後の振り返り会では「人事部様にお伝えしたいこと」を必ず洗い出しています。コーチが対話を通じて見たキャリア観の傾向や組織の課題感を、個人が特定されない形でお戻しし、次の施策づくりの視点としてご活用いただいています。

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

人事ご担当者様へのメリット（1/2）：効果の可視化（報告レポート）

me:Rise for Business

受講前後の変化を、定量的・客観的に振り返ることができます。

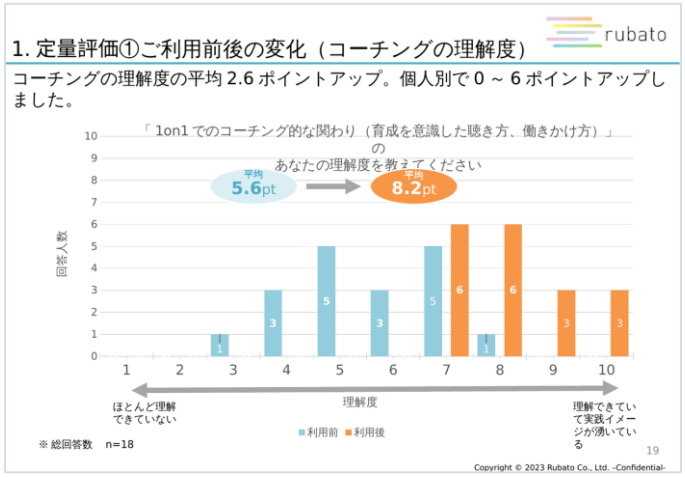
1 研修・コーチングの効果を可視化できる

定量｜受講前後のアンケート

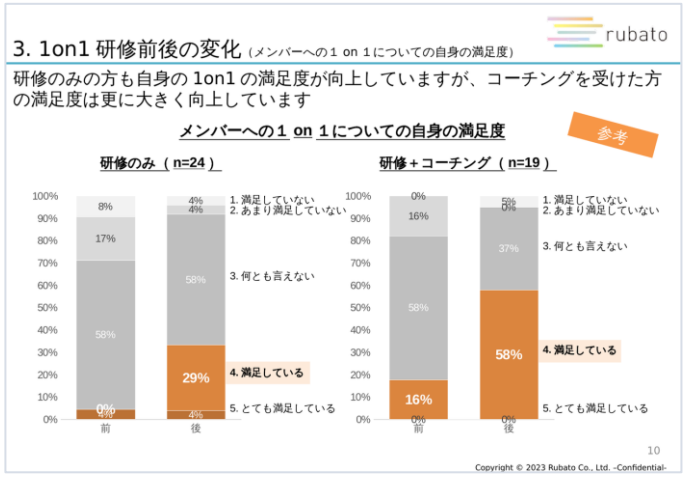
評価指標を設定し、受講前と受講後にアンケートを取得。レポートを通して、組織への効果を定量的に見える化します。

定性｜担当コーチからのフィードバック

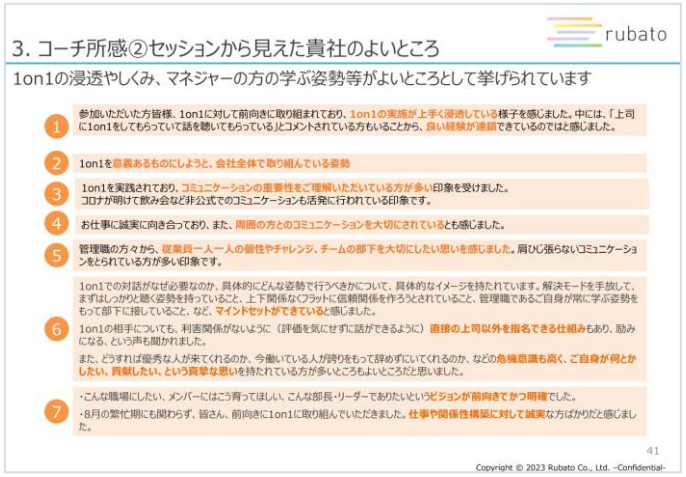
コーチングについては、担当コーチの所感をもとに、コーチから見える貴社の良い点・課題点もフィードバックいたします。



定量評価：受講前後の変化



定量評価：研修のみ／研修＋コーチングの比較



コーチ所感：セッションから見えた貴社のよいところ

ご報告レポートの構成例
全10~20枚程度

1. プログラム概要 実施概要・テーマ例	**2. アンケート結果** 受講前後の比較・満足度・得られたこと	**3. コーチ所感** ご本人の変化・貴社のよいところ／課題	**4. セッションテーマ** 扱われたテーマの傾向	**5. 今後について** 次の施策に向けて

※ 画像は実際のご報告レポートからの抜粋です。構成は施策の内容に合わせて調整いたします。

人事ご担当者様へのメリット（2/2）：オペレーション負荷の軽減

me:Rise for Business

1対1での日程調整が必要となるコーチングセッションですが、貴社事務局にてご対応いただくのは、受講者名簿のご提出のみです。

2 柔軟な運用で、オペレーション負荷を抑えて導入できる

貴社事務局	Rubato（弊社）
受講者名簿のご提出	■ セッションの日程調整 ■ 進捗の管理 ■ アンケートの取得・レポートの作成 日程調整や進捗の管理は弊社側にて行いますので、オペレーション負荷が少なく導入いただけます。

ご要望に応じて、運用は柔軟にカスタマイズ可能です

1. セッションの開始・終了時期の調整
2. セッション希望の受付方法

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

コーチングの支援実績（1/2）

me:Rise for Business

リーダー・管理職層への支援です。受講前と受講後のアンケートで、自己評価が明確に変化しています。

大手小売業様 ｜ エグゼクティブコーチング 全6回

部門長3名 ／ 1回60分 ／ 6ヶ月・オンライン

導入の背景・目的

部門長に行動変革が求められる中、組織のパーパスを形だけでなく腹落ちさせ、メンバーの挑戦を促すリーダーシップを確立したい

課題の設定力・言語化力（10段階の平均）

自己の成長実感（10段階の平均）

リーダーシップの発揮も5.7→6.7に改善。全6回の満足度・有用度はともに5.0（5段階）

「事前に準備せずに臨みましたが、毎回1時間が短く感じました。素直に話せる相手と定期的に向き合う機会が得られたことがよかった。」

— 部門長

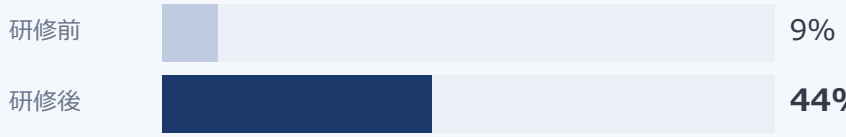
大手化学メーカー様 ｜ 1on1研修 + コーチング 全2回

管理職層43名（うち18名がコーチングを受講）／ 1回60分

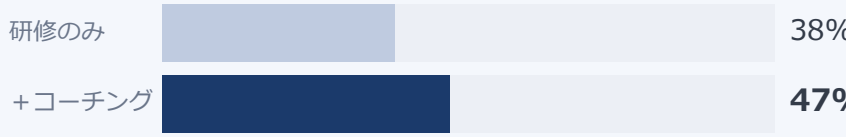
導入の背景・目的

1on1を形式で終わらせず、部下の主体的な思考と行動を引き出す対話にしたい。研修での学びを現場で実践できる状態にしたい

メンバーとの1on1に「満足している」割合



3ヶ月後の目標を一部以上達成した割合



コーチングの実践度も4.2→6.7に改善（10段階）。72%が「自分や周りに変化があった」と回答

「答えを教えてくれるのではなく、どうすれば次のステップに進められるかを一緒に考えることを導いてくれる。」

— 管理職

※ 守秘義務のため企業名は伏せ、業種は実際とは異なる表記としています。数値はいずれも実際の受講者アンケートの結果です。棒グラフの淡い色が実施前、濃い色が実施後を表します。

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

コーチングの支援実績（2/2）

me:Rise for Business

キャリア自律施策としての支援です。対象者の規模が大きくなっても、変化は同じように表れています。

大手サービス業様 ｜ キャリア自律コーチング 全3回

全社公募／申込193名 ／ 1回60分・通年運用

導入の背景・目的

社員が自身のキャリアのモヤモヤを解消し、今後のキャリアを具体的に考えて行動を起こす機会を、全社に提供したい

キャリアビジョンの明確度（10段階の平均）

ありたい姿に向けた行動実践度（10段階の平均）

課題のモヤモヤ度も2.7→7.0に改善。セッション満足度4.8・有用度4.7（5段階）

「外部のプロのコーチだからこそ、自己開示できる悩みもあるので、本サービスは継続してほしい。」

— 受講者

消費財メーカー様 ｜ 課長向けキャリアコーチング 全3回

課長全員17名 ／ 1回60分 ／ 12週間・オンライン

導入の背景・目的

業務繁忙で自身のキャリア検討が後回しになりがちな課長層に、社外のプロを活用してキャリアを考える機会をつくりたい

キャリアビジョンの明確度（10段階の平均）

ありたい姿に向けた行動実践度（10段階の平均）

課題のモヤモヤ度も3.6→6.9に改善。満足度は4以上が87%、有用度は4以上が82%

「自分の大事にしていることは何か、を見つめ直すよいきっかけとなった。時間が取れず内省できていなかったので、とてもよかった。」

— 課長

※ 守秘義務のため企業名は伏せ、業種は実際とは異なる表記としています。数値はいずれも実際の受講者アンケートの結果です。棒グラフの淡い色が実施前、濃い色が実施後を表します。

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

生成AI活用についての考え方

me:Rise for Business

コーチの質を重視することと、生成AIを活用することは矛盾しません。得意な領域が違うからです。

生成AIが得意なこと

「すでに言葉になったもの」を整理し、仮説を広げる

- 経験の棚卸し
- 出来事の時系列の整理
- 強みの言語化

人のコーチが得意なこと

関係性の中で「まだ言葉になっていないもの」が立ち現れるプロセスを支える

- 言葉にならない反応や表情の変化を捉える
- 本人が避けていることに踏み込む
- 未来の可能性を広げる
- 感情や葛藤を扱う

me:Riseの生成AIに関する考え方

1 コーチの育成に生成AIを使う

セッションの内容を生成AIで5つの指標から分析し、その結果をコーチのトレーニング内容に反映しています。

2 受講者の事前整理におすすめする

セッション前に生成AIでご自身の経験や考えを整理し、コーチに共有いただくと、対話の時間を新たな視点の発見に充てられます。

3 セッションは人の力に集中する

未来を描くことや、言葉になる前の小さな変化を捉えることは人にしかできません。そこにコーチの力を最大限に使います。

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

アジェンダ

me:Rise for Business

1. **会社概要・代表の想い**
   株式会社Rubato・代表の想い・沿革・コーチングの実績
2. **サービスの特徴**
   me:Riseが選ばれる3つの理由・コーチの選考とマインド・チーム運営・コーチ紹介・支援実績・生成AI活用
3. **サービス一覧**
   コーチング・研修・セルフキャリアドック
4. **コーチングコース**
   各コースの詳細・対象・料金
5. **研修プログラム**
   10プログラムの詳細
6. **セルフキャリアドック**
   制度構築・導入支援／キャリア面談の提供
7. **Rubatoのサービス**
   サービス・顧客

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

サービス一覧

me:Rise for Business

3つの柱で、組織の人材育成を包括的に支援します

- エグゼクティブコーチング
- リーダーシップ・マネジメント力向上支援
- グループコーチング
- キャリア自律コーチング

- 1on1コミュニケーション研修
- フィードバック研修
- キャリアビジョン研修
- チームビルディング研修
- （他6プログラム）

- 制度構築・導入支援
- 国家資格キャリコンによる面談
- 面談前の研修・ワークショップ
- 組織集計レポート・効果測定設計

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

C Coaching | コーチングコース一覧

me:Rise for Business

対象・テーマ別に最適なコーチングプログラムをご提案します

		テーマ・ねらい	形式 / 標準期間
エグゼクティブコーチング	経営層 役員・執行役員	経営判断の質向上・リーダーシップ強化・ビジョン明確化・組織への影響力拡大	形式 **個別1on1** 標準期間 3〜12ヶ月 60〜90分×月1〜2回
リーダーシップ・マネジメントカコーチング	管理職 課長・部長層	リーダーシップスタイルの確立・1on1スキルの実践強化・部下育成力・マネジメント課題の解決	形式 **個別1on1** 標準期間 3〜6ヶ月 60分×月1〜2回
キャリア自律コーチング	管理職・ 一般社員	キャリアビジョンの明確化・強み・価値観の棚卸し・自律的なキャリア行動の促進・エンゲージメント向上	形式 **個別1on1** 標準期間 3〜6ヶ月 60分×月1〜2回
グループコーチング	管理職 同一階層	相互学習・共通言語の形成・横のつながり強化・組織文化の醸成・グループダイナミクスの活用	形式 **グループ4〜8名** 標準期間 4〜6ヶ月 90〜120分×月1回

※ 上記はすべてオンライン（*Zoom*等）での実施が可能です。対面でのご提供もご相談ください。

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

T Training | 研修・ワークショップ一覧

me:Rise for Business

コーチングアプローチを活用した実践型プログラム

01 リーダーシップとマネジメント研修
管理職・次世代リーダー

理論を学び、自分のリーダーシップスタイルを確立します。

02 1on1コミュニケーション研修
管理職

コーチングを活かした効果的な1on1面談スキルを習得します

03 1on1対話スキル可視化＆実践強化プログラム
管理職（1on1実施者）

客観的な指標でスキルを可視化し、現場の対話力を高めます

04 部下・若手社員のための1on1の活かし方研修
一般社員・若手

部下として1on1を最大限に活かす姿勢を養います

05 フィードバック研修
管理職・リーダー

相手の成長を促す建設的なフィードバック手法を習得します

06 チームビルディング研修
新チーム・プロジェクト

心理的安全性と協働力を高め、チームの一体感を高めます

07 組織開発リーダー育成ワークショップ研修
部門・チーム単位

部門の組織課題を発見し、自ら解決する力を育てます

08 ストレスマネジメント研修
全社員

ストレスの仕組みを理解し、セルフケアの技術を習得します

09 キャリアビジョン研修
全社員

キャリアを主体的に考えるマインドとスキルを習得します

10 モチベーションマネジメント研修
全社員

根性ではなく合理的に継続する技術を身に付けます

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

S Self Career Dock | セルフキャリアドック　サービス

me:Rise for Business

「制度構築・導入支援」と「キャリア面談の提供」の2本柱で、社員のキャリア自律を組織に根付かせます

セルフキャリアドックとは

「セルフキャリアドック」は、2016年改正職業能力開発促進法で企業のキャリア支援努力義務が明記された制度です。

社員一人ひとりが自律的にキャリアを考え、行動できる文化・仕組みを組織に根付かせます。me:Riseでは、制度の構築・導入支援（コンサルティング）と、国家資格キャリアコンサルタントによるキャリア面談の提供の両面から支援します。

① 制度構築・導入支援

目的整理→論点討議→全体設計→実施準備の4ステップで伴走。貴社主導の制度設計を壁打ち役・知見提供者として支援します（月1～2回／標準6ヶ月）

② キャリア面談の提供

国家資格キャリアコンサルタントによる1時間の個別面談。対象層全員必須型と、希望者向けの相談窓口型の2形態で実施します

事前研修・レポート

面談前のキャリアビジョン研修／ライフラインチャートWSと、個人を特定しない組織集計レポートをあわせて提供します

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

アジェンダ

me:Rise for Business

1. **会社概要・代表の想い**
   株式会社Rubato・代表の想い・沿革・コーチングの実績
2. **サービスの特徴**
   me:Riseが選ばれる3つの理由・コーチの選考とマインド・チーム運営・コーチ紹介・支援実績・生成AI活用
3. **サービス一覧**
   コーチング・研修・セルフキャリアドック
4. **コーチングコース**
   各コースの詳細・対象・料金
5. **研修プログラム**
   10プログラムの詳細
6. **セルフキャリアドック**
   制度構築・導入支援／キャリア面談の提供
7. **Rubatoのサービス**
   サービス・顧客

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

コーチングサービス詳細

コーチング ｜ 経営層向け

エグゼクティブコーチング

対象	経営者・取締役・執行役員・上級管理職

概要

経営判断の質を高め、リーダーシップをさらに発揮するための個別コーチング。経営者ならではのテーマに深く向き合います。

主な内容・特徴

▶ 組織の背景・課題を理解した上でのコーチング支援
▶ 経営判断の質を高める効果的な問いかけ
▶ リーダーシップスタイルの明確化と強化
▶ ステークホルダーとの関係構築支援
▶ ビジョン・戦略の言語化と発信力強化

期待される効果

✓ 経営判断の精度向上と実行力強化
✓ 組織へのエンゲージメントと発信力向上
✓ リーダーとしての存在感・影響力拡大

形式・期間	1回60～90分 × 月1～2回 ／ オンライン（Zoom等）

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

コーチングサービス詳細

me:Rise for Business

コーチング ｜ 管理職向け

リーダーシップ・マネジメント力コーチング

対象	管理職・チームリーダー・次世代リーダー候補

概要

マネジャーとしてのリーダーシップを高め、1on1を活用したチームマネジメント力を個別支援。現場課題をテーマに実践的なコーチングを提供します。

主な内容・特徴

▶ 1on1面談の実践力・傾聴・質問スキルの強化
▶ 部下育成・動機づけの具体的アプローチ
▶ マネジメントスタイルの確立と自己認識
▶ チームの心理的安全性の構築支援
▶ 困難な部下との関係改善アドバイス

期待される効果

✓ 1on1の質向上と部下との信頼関係強化
✓ 部下のパフォーマンス・自律性の向上
✓ チームのエンゲージメントスコア改善

形式・期間	1回60分 × 月1回（3〜6ヶ月プログラム）／ オンライン

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

コーチングサービス詳細

コーチング ｜ 管理職・一般社員向け

キャリア自律コーチング

対象	管理職・一般社員・全階層（特にキャリア転換期の方に有効）

概要

自分自身のキャリアビジョンを明確にし、主体的なキャリア形成を促します。価値観・強みの棚卸しからアクションプラン策定まで伴走します。

主な内容・特徴

▶ 価値観・強み・キャリアアンカーの棚卸し
▶ 中長期キャリアビジョンの策定支援
▶ 現在の仕事との接続・意味づけの探索
▶ キャリア行動に向けたアクションプラン設定
▶ 節目のキャリア面談（制度連携）にも対応

期待される効果

✓ キャリア自律意識・主体性の向上
✓ 仕事・組織へのエンゲージメント向上
✓ 離職防止・定着率の改善

形式・期間	1回60分 × 月1〜2回（3〜6ヶ月プログラム）／ オンライン

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

コーチングサービス詳細

コーチング ｜ 管理職グループ向け

グループコーチング

対象	管理職・同一階層のチームメンバー（4〜8名推奨）

概要

共通のテーマを持つグループで対話を深め、互いの気づきを共有しながら変化を促します。グループダイナミクスを活用した相互成長の場です。

主な内容・特徴

▶ コーチがファシリテートする集合対話セッション
▶ 参加者相互のフィードバックと共有
▶ グループ全体のビジョン・課題の明確化
▶ 横のつながり・共通言語の形成促進
▶ 個別の内省ワークとアクション設定

期待される効果

✓ 管理職間の連携・連帯感の強化
✓ 組織共通の目標意識・文化の醸成
✓ 孤独になりがちなマネジャーのピア支援

形式・期間	1回90〜120分 × 月1回（4〜6回シリーズ）／ オンライン

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

アジェンダ

me:Rise for Business

1. **会社概要・代表の想い**
   株式会社Rubato・代表の想い・沿革・コーチングの実績
2. **サービスの特徴**
   me:Riseが選ばれる3つの理由・コーチの選考とマインド・チーム運営・コーチ紹介・支援実績・生成AI活用
3. **サービス一覧**
   コーチング・研修・セルフキャリアドック
4. **コーチングコース**
   各コースの詳細・対象・料金
5. **研修プログラム**
   10プログラムの詳細
6. **セルフキャリアドック**
   制度構築・導入支援／キャリア面談の提供
7. **Rubatoのサービス**
   サービス・顧客

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

me:Rise for Business

研修 ｜ 管理職・次世代リーダー向け

リーダーシップとマネジメント研修

対象	マネジメントを行う管理職・リーダーシップを底上げしたい方

概要

「リーダーシップ」と「マネジメント」を深く学び、組織を成功循環へ導きます。シェアド・リーダーシップと心理的安全性の高め方を理解します。

期待される効果

✓ マネージャーの役割・変化を習得
✓ シェアドリーダーシップを理解できる
✓ 心理的安全性を高める戦術を習得

研修アジェンダ

半日 ／ オンライン・対面対応可 ／ 定員25名

Part 1	**リーダーシップとマネジメントの役割・相互関係** コッター氏の事例からリーダーシップとマネジメントの相互関係と役割変化を学ぶ
Part 2	**現代のトレンド「シェアドリーダーシップ」** 現在のトレンドである「シェアドリーダーシップ」の概念と導入方法を考える
Part 3	**心理的安全性とは・高めるための具体的戦術** 心理的安全性の重要性を解説し、チームで高める実践的な方法を習得する
Part 4	**1on1をうまく行うコツ・まとめ** 1on1の効果的な実施方法を学び、翌日から実践できる計画を策定

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

研修プログラム詳細

me:Rise for Business

研修 ｜ 管理職向け

1on1コミュニケーション研修

対象	部下の成長・主体性を引き出したい管理職・チームリーダー

概要

マネージャーの役割とコミュニケーションのポイントを理解し、「問いかけ方」「聴き方」「伝え方」の3スキルをロールプレイで習得します。

期待される効果

- ✓ 1on1の目的と手順を理解し実践できる
- ✓ 効果的な問いかけで部下の成長を促せる
- ✓ 部下の自律的思考を引き出せるように

研修アジェンダ

半日（4時間）～1日 ／ オンライン・対面対応可 ／ 定員25名

Part 1	**研修の狙い・マネージャーの役割を理解する** 本研修の目的とマネージャーに求められる役割を再確認。部下の自律を支援する姿勢を学ぶ
Part 2	**1on1の種類と実践方法** 1on1の目的・種類・タイムライン・事前準備を理解し、効果的な1on1の構造を習得する
Part 3	**部下を伸ばす「問いかけ方」「聴き方」「伝え方」** 自律的な思考と行動を促す3つのコミュニケーションスキルをロールプレイで習得する
Part 4	**1on1を効果的に行うための準備と心構え** 事前準備シートの活用と継続のマインドセットを整え、アクションプランを作成する

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

研修プログラム詳細

me:Rise for Business

研修 ｜ 管理職向け

1on1対話スキル可視化＆実践強化プログラム

対象	1on1を実施する管理職・マネージャー（1回最大12名）

概要

客観的な評価指標に基づき1on1の対話スキルを可視化。ロールプレイとプロコーチのフィードバック・デモを通じて実践力に変えます。

期待される効果

- ✓ 自身の1on1の強み・癖を客観的に把握
- ✓ 上司役・部下役・観察者の三視点で学べる
- ✓ 「知識止まり」から現場で使える対話力へ

研修アジェンダ

4時間（休憩含む）／オンライン／1回最大12名・プロコーチ2名体制

Part 1	**イントロダクション（40分）** 研修の目的と概要を確認。チェックインと1on1コミュニケーションの基本を押さえる
Part 2	**フィードバックセッション①（80分）** 5つの1on1基本スキルと評価指標を理解し、ロールプレイと相互フィードバックを実施
Part 3	**フィードバックセッション②（80分）** 役割を交代して2ターン目を実施。感想共有とQ&Aで気づきを深める
Part 4	**コーチによるデモセッション・まとめ（40分）** プロコーチのデモで質の高い対話を体感し、振り返りとアクションを整理する

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

研修 ｜ 一般社員・若手向け

部下・若手社員のための1on1の活かし方研修

対象	1on1を受ける部下・若手・一般社員（上司向け研修との併用推奨）

概要

上司だけが頑張る1on1から脱却し、部下自身が主体的に活用する力を育みます。事前準備から当日の進め方まで実践的に学びます。

期待される効果

- ✓ 1on1を主体的に活用できるように
- ✓ 事前準備と進め方を習得し対話が充実
- ✓ 上司の負担が減り双方に価値が生まれる

研修アジェンダ

半日（3時間）／オンライン・対面対応可／定員25名

Part 1	**イントロダクション（30分）** 研修の目的と概要を確認。チェックインで現在の1on1に関する課題意識を整理する
Part 2	**1on1ミーティングとは（30分）** 1on1の歴史・背景・効果を理解。うまくいくためのポイントを学ぶ
Part 3	**効果的な1on1の使い方（90分）** メンバーが主導権を持つ意味を理解し、成長につながる事前準備と流れを習得する
Part 4	**まとめ（30分）** 本日の学びを振り返り、今後のアクションプランを整理。Q&Aで疑問を解消する

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

me:Rise for Business

研修 ｜ 管理職・リーダー向け

フィードバック研修

対象	管理職・チームリーダー（部下を持つマネージャー）

概要

「ダメ出し」「パワハラ」にならないフィードバックで部下の自律と成長を後押し。フラットフィードバックの考え方と手法を学びます。

期待される効果

- ✓ 伝えることをためらわなくなる
- ✓ 部下の自律度に応じた関わりの使い分け
- ✓ 心理的安全性と信頼関係の強化

研修アジェンダ　半日（3.5時間）／ オンライン・対面対応可 ／ 10名以上推奨

Part 1	**フィードバックとは（50分）** フィードバックの意味と目的、上司部下間ならではの難しさを理解する
Part 2	**部下を伸ばす「フラットフィードバック」（45分）** 「指摘」「評価」ではなく、自律と行動を促すフラットフィードバックの手法を学ぶ
Part 3	**部下の自律度別アプローチ・実践ワーク（85分）** 5つの自律度ステージを理解し、3名一組×2回のロールプレイで使い分けを体得する
Part 4	**効果を支える「心理的安全性」・まとめ（30分）** 心理的安全性の目的と高め方を学び、今後のアクションプランを整理する

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

me:Rise for Business

研修 ｜ チーム・プロジェクト向け

チームビルディング研修

対象	新チーム・プロジェクトチーム・部署（全階層）

概要

チームビルディングに必要なコミュニケーションカと業務遂行力を学び、ヨコの繋がりを醸成。各自の強みを発見し現場で実践できるスキルを習得します。

期待される効果

- ✓ コミュニケーション力・課題解決力が向上
- ✓ 自身の強みとチームでの役割を認識
- ✓ ヨコの繋がりと信頼関係が強化される

研修アジェンダ

半日（3時間）～1日（7時間）／ 対面・オンライン対応可 ／ 8～30名

Part 1	**イントロ・チームワークのポイント** 本日の目的を確認し自己紹介を実施。「チームワーク」の本質的な理解を深める
Part 2	**チームプロジェクト推進のポイント** コミュニケーションと課題解決の要点を学び、プロジェクト推進の考え方を習得する
Part 3	**チームプロジェクト実践** チームプロジェクトに取り組み成果を共有・発表。リフレクションで気づきを言語化する
Part 4	**チームビルディングとは・まとめ** チームビルディングの本質と現場で意識するポイントを学び、振り返りを行う

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

ワークショップ ｜ 部門・チーム向け

組織開発リーダー育成ワークショップ研修

対象	組織の課題解決力・関係性強化を目指す管理職・次世代リーダー

概要

チームの課題を自分たちで発見・解決する力を育み、部門の活性化を実現。ファシリテーションと問題解決の手法を習得します。

期待される効果

- ✓ 部門の課題を自ら解決する力が向上
- ✓ プロジェクトで部門の関係性が深まる
- ✓ 次世代リーダーの育成機会になる

研修アジェンダ

1日 ／ オンライン・対面対応可 ／ 定員25名

Part 1	**はじめに・グループワーク（自部門の課題探索）** 自部門の課題とありたい姿を模索し、相互インタビューで組織課題を共有
Part 2	**部署ワークショップの進め方** 部門内でワークショップを推進するファシリテーションと巻き込みの手法を習得する
Part 3	**部署でのプロジェクト推進のポイント** 組織開発プロジェクトの進め方・コミュニケーション戦略を体験的に学ぶ
Part 4	**今後の進め方・まとめ** 自部門で実践するプロジェクト計画を策定し、参加者同士で助言し合う

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

研修 ｜ 全社員向け

ストレスマネジメント研修

対象	全社員（特にストレス高リスク職場の方）

概要

ストレスのメカニズムを理解し、自分に合ったセルフケアと対処法（コーピング）を身につけます。職場のメンタルヘルス向上を支援します。

期待される効果

- ✓ メンタルヘルス状態の維持・向上
- ✓ バーンアウト（燃え尽き）の予防
- ✓ 集中力・生産性・回復力の向上

研修アジェンダ　半日（4時間）／オンライン・対面対応可／10〜30名

Part 1	**ストレスについて知る** ストレスの特徴と種類を科学的に理解し、自分のストレス傾向を把握する
Part 2	**折れない心① 客観的に観る** マインドフルネスを学び、自分の状態を客観的に観る習慣を体験する
Part 3	**折れない心② 認知の特性を知る** 自動思考のパターンに気づき、見方を柔軟に切り替える方法を習得する
Part 4	**折れない心③ 建設的に考える・まとめ** 実践ワークでスキーマと強みを認識。ストレス過剰時のサインと対策を確認する

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

研修プログラム詳細

me:Rise for Business

研修 ｜ 全社員向け

キャリアビジョン研修

対象	キャリアの方向性に悩む全社員（特に節目・転換期の方）

概要

キャリアを主体的に考えるマインドとスキルを習得。ライフラインチャートで価値観を洗い出し、複数のキャリアビジョンを描きます。

期待される効果

- ✓ 自分なりのキャリアの考え方が持てる
- ✓ 主体者は自分だと意識し行動できる
- ✓ 会社のビジョンとの共感点を確認できる

研修アジェンダ

1日～2日間（対面推奨）／ 25名程度まで

Part 1	**キャリアの考え方・ライフラインチャートの作成** 「キャリアは自分で作る」マインドを醸成。過去の経験から大事な価値観を洗い出す
Part 2	**企業のビジョン・価値観との接続** 企業のビジョン・価値観を整理し、自分が共感している部分を特定する
Part 3	**自身の強みの棚卸し** 自身の強みを体系的に洗い出し、キャリアビジョンに接続する流れを習得する
Part 4	**キャリアビジョンの創造・作成・共有** 複数のキャリアビジョンを描き参加者同士で共有。ネクストステップを設定する

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

me:Rise for Business

研修 ｜ 全社員向け

モチベーションマネジメント研修

対象	全社員（新人～中堅層に特に有効）・セルフマネジメント力を高めたい方

概要

GRITやゲーミフィケーションの知見をもとに「根性ではなく合理的に継続する技術」を習得。自分なりの「勝ちパターン」を作ります。

期待される効果

- ✓ 折れない心とやりぬく力が身につく
- ✓ 日々挑戦を続け充実した状態を維持
- ✓ 自分の「勝ちパターン」を確立できる

研修アジェンダ

半日～1日 ／ オンライン・対面対応可 ／ 6～30名程度

Part 1	**イントロ・モチベーションマネジメントを理解する** モチベーションマネジメントの全体像と、合理的に継続する視点を整理
Part 2	**GRIT（やり抜く力）とは** GRITがIQ・EQを超える成功要因である理由を学び、自身のスコアを測定する
Part 3	**ゲーミフィケーションとは** 「ハマるメカニズム」を理解し、12の要因を生活や業務に応用する方法を学ぶ
Part 4	**チャレンジマネジメント戦略を作る・まとめ** 13の原則をもとにチャレンジ戦略を作成し、アクションに落とし込む

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

アジェンダ

me:Rise for Business

1. **会社概要・代表の想い**
   株式会社Rubato・代表の想い・沿革・コーチングの実績
2. **サービスの特徴**
   me:Riseが選ばれる3つの理由・コーチの選考とマインド・チーム運営・コーチ紹介・支援実績・生成AI活用
3. **サービス一覧**
   コーチング・研修・セルフキャリアドック
4. **コーチングコース**
   各コースの詳細・対象・料金
5. **研修プログラム**
   10プログラムの詳細
6. **セルフキャリアドック**
   制度構築・導入支援／キャリア面談の提供
7. **Rubatoのサービス**
   サービス・顧客

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

セルフキャリアドック詳細

支援サービス ｜ 人事・HR向け

セルフキャリアドック ①
制度構築・導入支援

対象	人事・HR担当者・経営層（制度の新設・見直し検討中の企業）

概要

貴社が主体的に制度を運用できるよう、Rubatoが壁打ち役・知見提供者として参画。
4ステップで設計から実施準備まで伴走します。

主な内容・特徴

【STEP1】目的の整理（1ヶ月）｜導入目的と導入後のありたい姿を明確化
【STEP2】論点の討議（1ヶ月）｜対象層・頻度・効果測定指標を決定
【STEP3】全体設計（2ヶ月）｜面談・フォロー体制と効果測定方法を設計
【STEP4】実施準備（2ヶ月）｜シート・マニュアル整備、実施体制の構築
▶ 月1～2回の打合せに参画し、論点整理・知見提供・成果物へのFBを実施
▶ 面談シート作成や効果測定設計など、直接的な業務支援も対応可能

期待される効果

✓ 自社主導で運用できる制度・実施体制の確立
✓ KPI・効果測定の設計による制度効果の見える化
✓ 改正職業能力開発促進法の努力義務への対応

形式・期間	標準6ヶ月（月1～2回の打合せ）／ オンライン ※期間は調整可

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

セルフキャリアドック詳細

支援サービス ｜ 人事・HR向け

セルフキャリアドック ②
キャリア面談の提供

対象	全社員（対象層全員必須型／希望者向け相談窓口型）

概要

国家資格キャリアコンサルタントによる1時間の個別キャリア面談。面談前の研修・ワークショップから組織集計レポートまで一括対応します。

主な内容・特徴

【①全員必須型】対象層全員が必須受講。1年毎に対象層を変えて全社展開
▶ 面談前にキャリアビジョン研修／ライフラインチャートワークショップを実施
▶ 国家資格キャリアコンサルタントによる1時間の個別キャリア面談
▶ 組織集計レポートの報告（個人を特定しない形で作成）
【②希望者窓口型】①の対象者以外が任意で申込できる相談窓口を常設
▶ 1時間の個別キャリア面談を随時実施／レポートは任意
▶ 事前研修は終日版・半日版・2時間版（ライフラインチャートWS）から選択可能

期待される効果

✓ キャリア自律意識の向上とエンゲージメント改善
✓ 定着率の改善・採用ブランディングへの貢献
✓ 組織課題の早期把握と人事施策への反映

形式・期間	1回60分 ／ オンライン・対面対応可（年間計画も支援）

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

アジェンダ

me:Rise for Business

1. **会社概要・代表の想い**
   株式会社Rubato・代表の想い・沿革・コーチングの実績
2. **サービスの特徴**
   me:Riseが選ばれる3つの理由・コーチの選考とマインド・チーム運営・コーチ紹介・支援実績・生成AI活用
3. **サービス一覧**
   コーチング・研修・セルフキャリアドック
4. **コーチングコース**
   各コースの詳細・対象・料金
5. **研修プログラム**
   10プログラムの詳細
6. **セルフキャリアドック**
   制度構築・導入支援／キャリア面談の提供
7. **Rubatoのサービス**
   サービス・顧客

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

Rubatoのサービス

me:Rise for Business

法人・個人向けの4サービスを展開し、業種・規模を問わず幅広い企業様にご利用いただいています

サービス全体像（法人・個人向け 4サービス）

法人向けビジネス研修

コンサル実務に基づくコアスキル／セルフマネジメント研修

法人向けコーチング

me:Rise for Biz｜厳選コーチの1on1で社員の自律を支援

個人向けビジネス研修

Rubatoアカデミア｜資料作成を軸とした公開講座

個人向けキャリアコーチング

me:Rise｜全6回のセッションで理想のキャリア実現を伴走

Rubatoならではの強み

コンサル実務ベースの研修

コンサルティングの現場で得た実務知見を研修に反映

厳選されたコーチ・講師陣

実務経験とプロ実績の基準を満たした人材のみが登壇

書籍出版で体系化

『PowerPoint資料作成 プロフェッショナルの大原則』ほか

研修×コーチングの一体提供

学びを1on1で定着させ、行動変容まで伴走します

取引実績　｜　業種・業態、規模を問わず、さまざまな企業様にサービスを提供しています

Pfizer ファイザー / PERSOL / vmware / HAKUHODO CONSULTING / TEL TOKYO ELECTRON

Gordon Brothers 1903 / JTB総合研究所 / 東京電力エナジーパートナー株式会社 / CSL Behring Biotherapies for Life® / 大王製紙株式会社

名城大学 / JUNIPER NETWORKS / TOKYO GAS / 津田塾大学 TSUDA UNIVERSITY

※ 上記のほかにも多数の企業様の支援実績があります

©Rubato Co., Ltd. — Confidential —

me:Rise

for Business