



第20回ふるさと回帰フェア2024
セミナーコーナーイベントのご案内

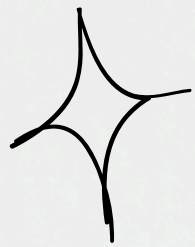


静かな人の時代がやってきた！
「移住x内向型さん」を考える。

9/22(日) 10:30～11:30

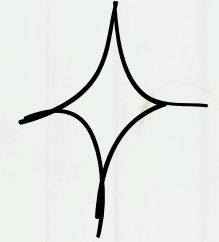
@国際フォーラムホールE





内向型さん向け

Contents



1

- INTRODUCTION
暮らしやすさとは？
自分らしくいられるか問題である。

2

- ABOUT US
お二人のご紹介

3

- CHECK WITH なつみっくす
あなたは内向型？外向型？

4

- PRESENTATION BY プリンス
内向型さんに向いている町

5

- PRESENTATION BY なつみっくす
内向型さんが力を発揮するには

6

- TALKING WITH US
今日の気づき感想



Introduction

暮らしやすさとは？

- 自分らしくいられるか
- 移住をすすめていくのには外向型が有利？
- 内向型さんの移住について考えてみたい。

内向型さん向け Contents

1

- INTRODUCTION
暮らしやすさとは？
自分らしくいられるか問題である。

2

- ABOUT US
お二人のご紹介

3

- CHECK WITHなつみっくす
あなたは内向型？外向型？

4

- PRESENTATION BYプリンス
内向型さんに向いている町

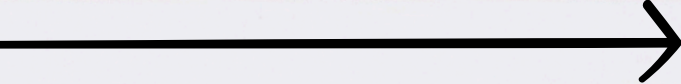

5

- PRESENTATION BYなつみっくす
内向型さんが力を発揮するには

6

- TALKING WITH US
今日の気づき感想


About me



「太平洋不動産」店長。
西湘・二宮町を心から愛する。
日々、ポテンシャルを感じる物件や
ホットスポットを巡り、ブログやSNS
で二宮の今を発信中。
二宮をイケてる町にしたいし、イケ
てる自分でありたい。



About me



(一社) 母親アップデート 代表理事。
著書『i型(内向型)さんのための100のスキル』を出版。組織開発やリーダーシップなどの講座を展開。

「内向型の自分を変えるのではなく、強みを活かせばいい」と気づいてからは、人生が好転。「ひとりひとりが可能性を解放するキッカケをつくる」を目的に活動中。



3刷の増刷!

内向型の本を100冊読み、実践したベスト100のスキル

内向型だからこそ活躍できる！と本気で思える本

「自分は自分のままでいい」と思えた!

4.7 ★★★★★ (100)

内向型でも外向型でも“辞書”として使える一冊



自分の内向性が好きになる!

今すぐできる100個のスキルがまとまっている!

I型(内向型)のわたしが、内向型の本を100冊読んで実践して、うまくいっていることベスト100!

自分の「弱み」が「強み」かもしれないと気づいた!

内向型さん向け Contents

1

- INTRODUCTION
暮らしやすさとは？
自分らしくいられるか問題である。

2

- ABOUT US
お二人のご紹介

3

- CHECK WITHなつみっくす
あなたは内向型？外向型？

4

- PRESENTATION BYプリンス
内向型さんに向いている町

5

- PRESENTATION BYなつみっくす
内向型さんが力を発揮するには

6

- TALKINNG WITH US
今日の気づき感想

内向型(I型)診断テスト

1. 疲れたら、ひとりでエネルギーを充電する
2. 話す前によく考える
3. 観察するのが好き
4. 何かをする前によく考える
5. 自分ひとりでいられる場所が好き
6. 人づきあいは、どちらかというところ狭く深くしたい
7. 雑談が苦手である
8. パーティー、懇親会などの社交の場が苦手である
9. 邪魔されるのが嫌
10. どちらかというところ話すより聞く方が多い、でも自分にとって重要なテーマはよく話す
11. 物静か、内気、恥ずかしがり屋、人見知り、引っ込み思案と言われることがある
12. できるだけ人混みは避けたい
13. たくさんの人と話すより、一対一や少人数で話す方を好む
14. 興味の範囲は狭いが、深く知りたがる傾向がある
15. 争いごとをできるだけ避けたい

今の時代にこそ、内向型が必要



過小評価されている

情報過多

正解がない

価値観の多様化



本質を見抜く力

深く考える力

観察力、共感力



内向型さん向け Contents



1

- INTRODUCTION
暮らしやすさとは？
自分らしくいられるか問題である。

2

- ABOUT US
お二人のご紹介

3

- CHECK WITHなつみっくす
あなたは内向型？外向型？

4

- PRESENTATION BYプリンス
内向型さんに向いている町

5

- PRESENTATION BYなつみっくす
内向型さんが力を発揮するには

6

- TALKING WITH US
今日の気づき感想

ストレス

・騒音

・人混み

・繁華街

心地良い

・静か

・自然豊か

・雑音がない

【外向型】
刺激を求めることで
元気になる



【内向型】
ひとりでゆっくりする時間
で元気になる



寛容度の高い町

||

ボヘミアン指数の高い町

デザイナー・建築家・写真家・アーティスト

多様性を受け入れる風土







内向型さん向け Contents



1

- INTRODUCTION
暮らしやすさとは？
自分らしくいられるか問題である。

2

- ABOUT US
お二人のご紹介

3

- CHECK WITHなつみっくす
あなたは内向型？外向型？

4

- PRESENTATION BYプリンス
内向型さんに向いている町

5

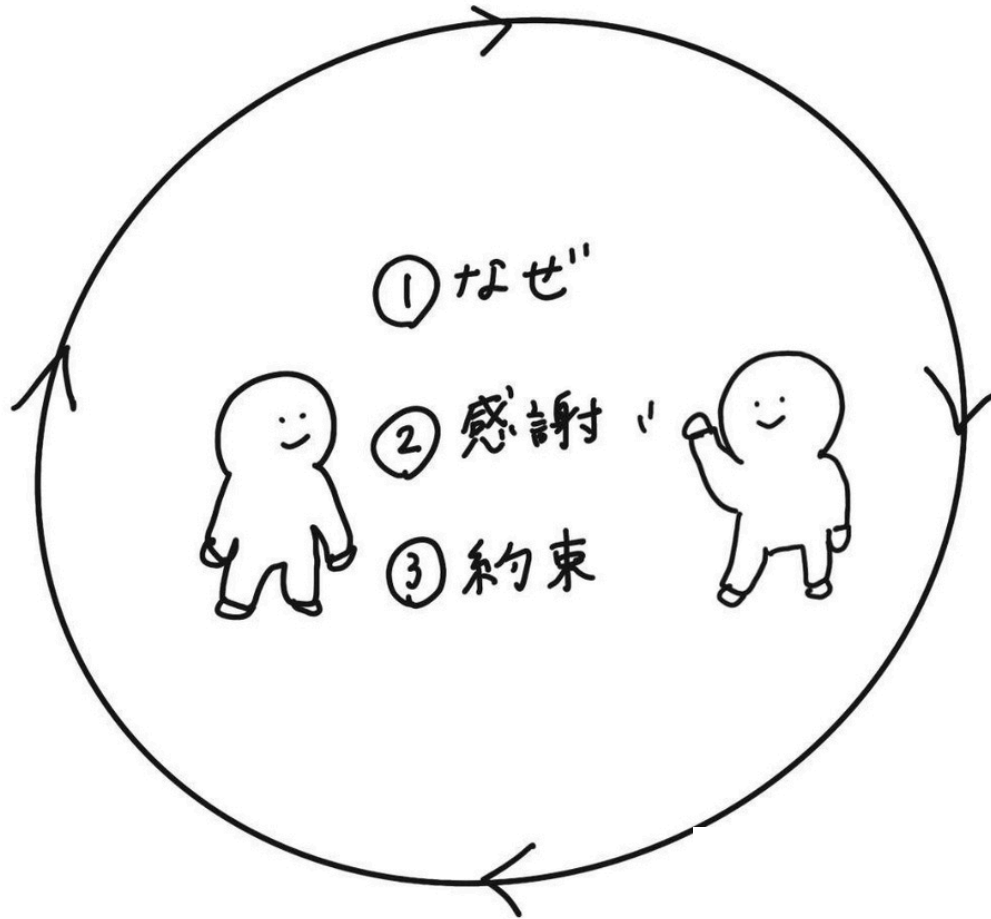
- PRESENTATION BYなつみっくす
内向型さんが力を発揮するには

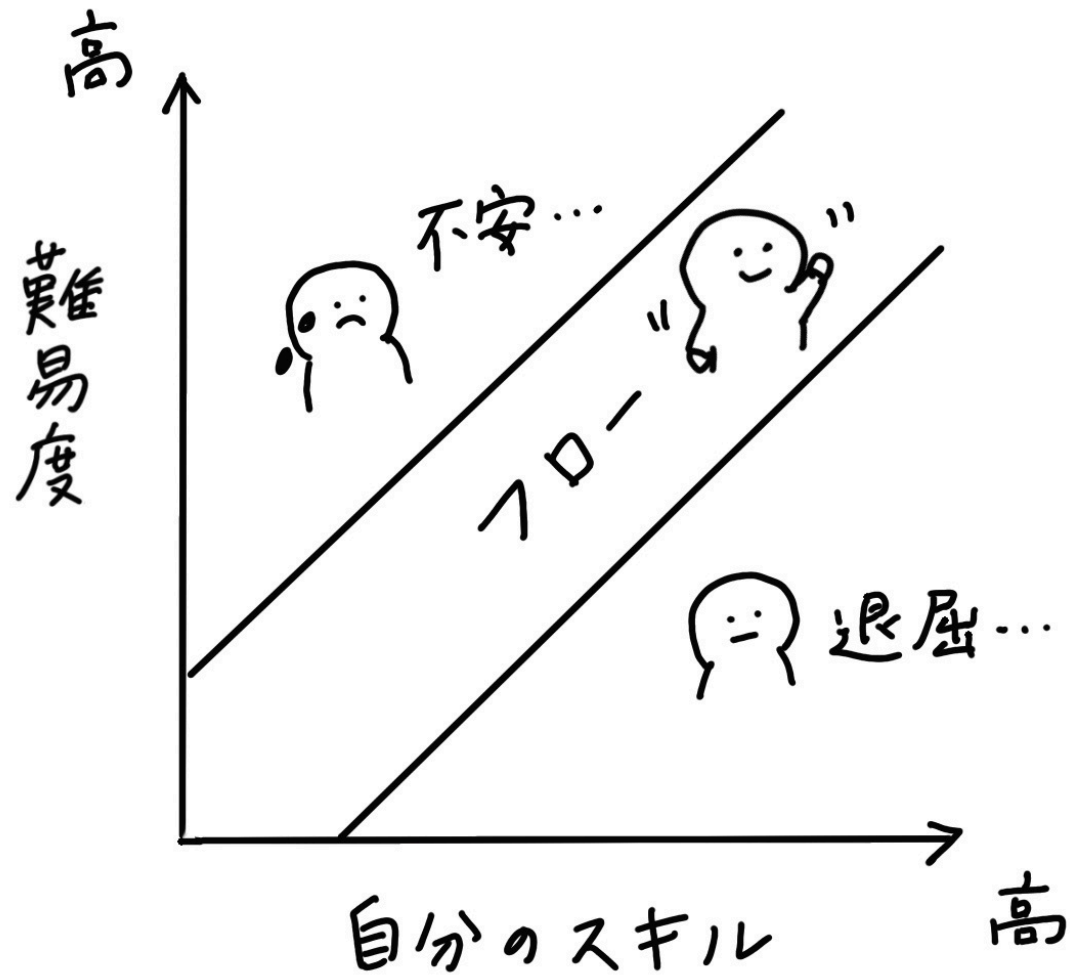
6

- TALKINNG WITH US
今日の気づき感想

人間関係をつくる・深めるスキル

「味方」を1人ずつつくる





「ごきげん」でいるスキル

没頭する

結果目標ではなく
「行動目標」を立てる



結果目標

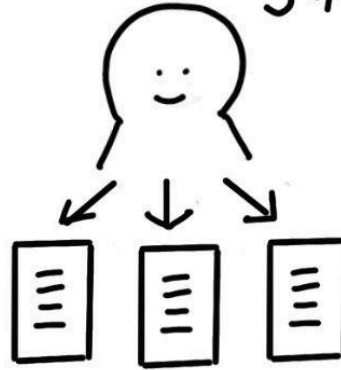
3件成約する ☆



コントロールできない

行動目標

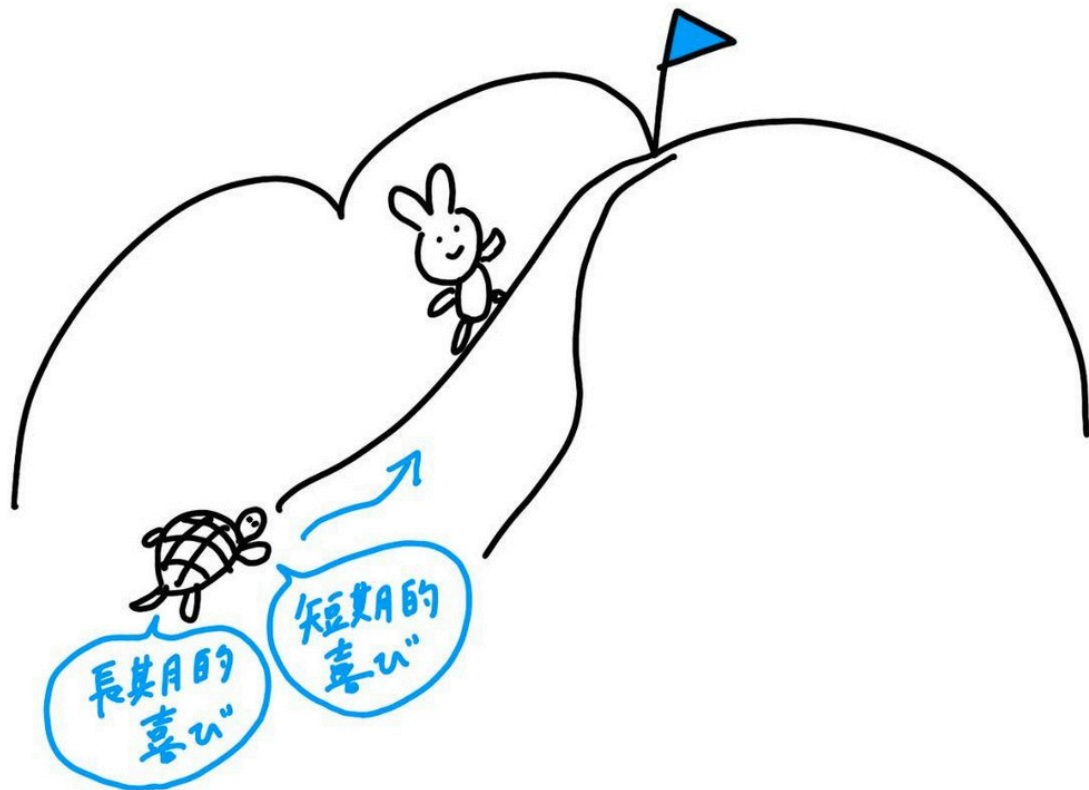
3件資料つくる



コントロールできる

「チャレンジ」するスキル

「短期的喜び」と
「長期的喜び」を設定する





内向型さん向け Contents



1

- INTRODUCTION
暮らしやすさとは？
自分らしくいられるか問題である。

2

- ABOUT US
お二人のご紹介

3

- CHECK WITH なつみっくす
あなたは内向型？外向型？

4

- PRESENTATION BY プリンス
内向型さんに向いている町

5

- PRESENTATION BY なつみっくす
内向型さんが力を発揮するには

6

- TALKING WITH US
今日の気づき感想



なつみっくす
『I型さんのための100のスキル』
絶賛発売中！



ブログ・SNS
プリンスジュン