

リモートワーク・副業・フリーランス.....etc.

withコロナ時代の 働き方に効く、 朝の時間管理

1日1時間の朝活で、タスク管理だけではなく
「なりたい人生」を実現させるメソッド

- なんとなく1日ダラダラして、仕事が進まない
- 家族に振り回され、自分の時間が確保できない
- 自分にとって「何が一番大切か」がわからない



『「朝1時間」ですべてが変わる モーニングルーティン』池田千恵著