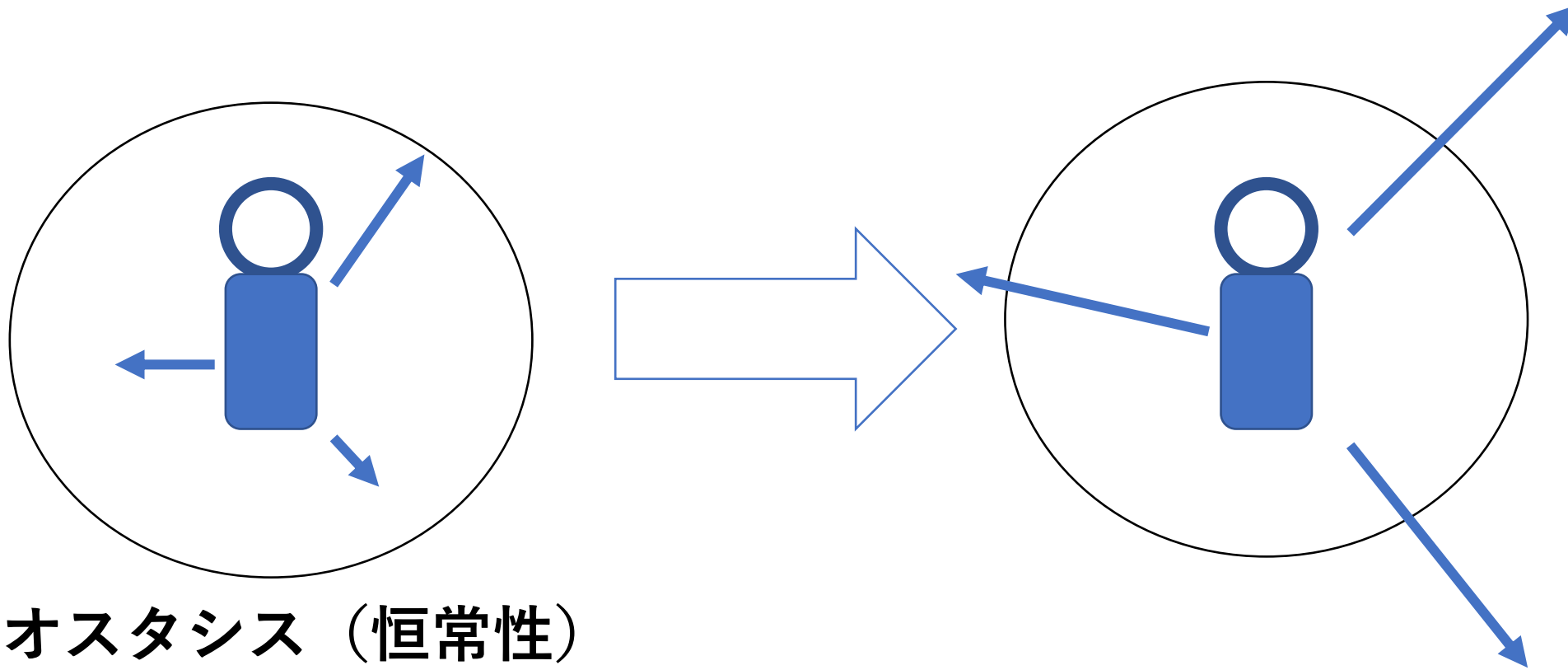


コンフォートゾーン



ホメオスタシス（恒常性）

：生体が変化を拒み現状を維持しようとする性質

だれしもコンフォートゾーンにい続けようとする傾向

⇒変化・成長のためにコンフォートゾーンから一歩踏み出す努力