

自分を知る・知ってもらう

自分史講座



事前申込
先着20名

入場無料

日時 **10月30日(水)**
午前10:00~正午

会場 **中央図書館3階 ぎんが**

「自分史」を書くことは、
自分に気づくきっかけになっ
たり、周りへアピールする道具
になったりもします。

講座とワークショップで、
書き方のコツを教えます。

当日はその場で二人一組のペアを
作ってワークを行う予定です。

講師 佐瀬 竜一 氏

一般社団法人自分史活用推進協議会認定アドバイザー



和洋女子大学人文学部心理学科教授。
博士(心理学)。臨床心理学・健康心理
学・教育心理学を専門とする。
筆記などによる心身のセルフコント
ロール、キャリアや心の成長分析につ
いて研究・実践してきた。
地域の方々を対象にしたワークショ
ップを数多く行っている。

申 込

9月15日(日)申込開始(定員に達するまで)

下記連絡先に、電話またはFAX(氏名・住所・連絡先電話番号を明記)

対 象

世田谷区在住・在学・在勤の方

持ち物

筆記用具

連絡先

世田谷区立中央図書館(世田谷区弦巻3-16-8)

電話03-3429-1811

FAX03-3429-7436

