

20代～50代向け

自宅で
参加できる

生き生き自分探しの旅

参加費
無料

～忙しい毎日の中で少しだけ自分と向き合う時間～
対面&オンラインセミナー

開催内容

第1回 2026

対面 6/20(土) 10:00～12:00

定員
16名

自己理解

～自分と対話してみる～



申込はこちら
(電話も可)

第2回 7/4(土) 10:00～11:30
オンライン

定員
90名

自己の振り返り

～これまでの物語を読み返す～



第3回 8/1(土) 10:00～11:30
オンライン

定員
90名

未来志向の整理

～これからの物語の下書きをする～



講師 山田 慎二

(国家資格キャリアコンサルタント
/社会教育士)

仕事や家庭に追われる毎日の中で、「このままでいいのかな?」と感じることはありませんか。

これまでの経験や大切にしてきた価値観を整理し、“今の自分”と向き合う時間を提供します。

本講座は、第2回・第3回のみ参加も可能です。オンライン開催のため、ご自宅から気軽にご参加いただけます。

第1回では、カードソートを用いた自己理解、第2回では、これまでの経験を振り返り、第3回では、これからの自分をやさしく描いていきます。

申込者限定で、講座終了後は一定期間、市公式YouTubeでの視聴も可能です。

忙しい日々の中で、少しだけ立ち止まり、自分について考える時間を持ってみませんか。

※申込をいただいた方にZOOMの参加URLを送信します。

かすみがうら市教育委員会
生涯学習課 社会教育担当

千代田コミュニティセンター内
[かすみがうら市中志筑2112]

TEL : 0299-57-1073

募集期間 : 2026年4月14日(火) 8:30～
2026年6月10日(水) 17:15