

事前申込制

3/9
SAT

13:30-15:30
(受付開始 13:00~)

ちがさきサポセン2024
ワークショップ&交流会

じぶんさがし

隠れていた自分のチカラに気づく

手づくり名刺をもって、一歩踏み出そう

まつり盛りあげ隊
ちがさき
さぼちゃん
ファシリテーター
芦沢壮一さん



対象

- ・何かやってみたい！その何かって何だろう？と思っている方
- ・自分ってなんだろうと自分自身に向き合ってみたい方
- ・誰かのために役に立ちたいけど…はじめの一歩が踏み出せない方
- ・身近な地域にも自分にできることがあるのか探したい方
- ・地域で仲間をつくりたい方 など

定員

30名
(先着/申込制)

※手話通訳・要約筆記、
託児（6か月～3歳/先着3名まで）
ご希望の方は2/20(火)までにお申込みください。

ウレシイ託児付♡

申込
方法

申込は
上記QRから
裏面からも
申込OK♪



会場

ちがさき市民活動サポートセンター
(茅ヶ崎3-2-7)

参加費

500円

当日のプログラム

- 1 概要説明
- 2 自分の千カラを掘り起こす個人ワーク
- 3 新しい自分に気づくグループワーク
- 4 なりたい自分になる名刺づくり
- 5 みんなで名刺交換タイム



こどたん+ (プラス) 2024 ワークショップ & 交流会



内容

この時間だけはゆっくりと自分自身に向き合います。自分と向き合うなかで、これまで見えていなかったもの、忘れていたことを呼び起こし、他者とのやりとりを通して自分の千カラにそれぞれ気づきます。

後半は、自分の千カラを名刺という自己紹介ツールの肩書に落とし込み、「いまなりたい自分」(秘めていた想いや想像も OK) の手書き名刺をつくり、みんなと名刺交換タイム♪

新たな期待される自分の役割を楽しみながらの名刺交換はこれまでやってきたことない名刺交換となり、みんな笑顔になれるはず！身近に自分の千カラを必要としている人や場があることに気づけるチャンスかも♪

ファシリテーター

1974 年生まれ。一橋大学 1997 年卒、教育社会学専攻。
1997 年金融機関に入社後、人材開発部門で教育体系の構築と、
教育研修の開発・講師などを担当。2013 年に複業フリーランスとして「スキルノート」を設立、教育研修事業を展開。自治体や非営利団体・企業等と連携し公開講座や研修を企画・実施。専門領域はコミュニケーション、ファシリテーション、多様なキャリア支援、オンライン活用。府中市 NPO・ソーシャルビジネス個別相談アドバイザー。
2023 年度より第 5 期府中市男女共同参画協議会推進委員。



あしざわ そういち
▼芦沢 壮一 さん
スキルノート 主宰



申込みは
コチラでも

表面 QR コード
からもできます！

申込書

2024.3.9(土)13:30-15:30

「じぶんさがし～隠れていた自分の千カラに気づく～」
手づくり名刺をもって、一歩踏み出そう

ふりがな お名前	()	年代	<input type="checkbox"/> 10代・ <input type="checkbox"/> 20代・ <input type="checkbox"/> 30代・ <input type="checkbox"/> 40代 <input type="checkbox"/> 50代・ <input type="checkbox"/> 60代以上
TEL		FAX	
E-Mail			
<input type="checkbox"/> 手話通訳 <input type="checkbox"/> 要約筆記 <input type="checkbox"/> 託児(生後6か月～3歳/先着3名まで) ご希望の方は、2月20日(火)までにお申込みください。			
通信欄			