

NPO 法人日野福祉の学校が開催する

自分らしい生き方を探る

2022年6月23日(木)・8月25日(木)

参加費：300円 時間：19時～21時 お願い：マスク着用、飲み物持参
会場：公益財団法人社会教育協会3階ホール（豊田駅北口徒歩2分、すき家3階）
※参加を希望される方は電話かメールで予約をお願いいたします。

あなたは自分らしい生き方について考えたことがありますか。そして今、どのように取り組んでいますか。

この世に生を受けたすべての人がいつかは終末期を迎えます。それまで、自分らしい生き方ができたらどんなに幸せでしょうか。

「地域の共生」「終末期の生き方」「自己決定」など、当面のテーマにしながら、自分らしい生き方についてみんなで語り合い、自分の心の在り方やこれからの行動の仕方を見つけ出せばいいと思います。



<自分らしい生き方を探り出すヒント、ホームページより抜粋>

- ① 価値観を探る：自分の人生の判断軸となるものを探り当てることが、自分を知るための第一歩
 - ② 直観に従ってみる：自分らしく生きようとした瞬間を逃さず捉えること
 - ③ 他者を鏡にする：多くの場合、自己理解は他者からもたらされます
 - 自分のことを自分の力だけで知ろうとすると、限界があります。私たちは、自分が見えている自分しか認知することができないからです。⇒だからこそ皆で語り合ってみることが大切では。
 - 本当の自分を覆い隠す3つの壁に注意する
 - ① 常識の壁：「それを始めるには年齢的にもう遅い」「失敗することは悪いことだ」など、過去の常識や一般的なルールの壁です。
 - ② 他者の壁：「知名度の高い会社で働こう」「年収で自分の価値が決まる」など、他人（自分の外部）の評価の壁です。
 - ③ 自分の壁：「組織ではどうせやりたいことはできない」「自分は起業するようなタイプではない」など、自分で決めつける壁です。
- ◆ このようなことをヒントにしながら語り合ってみませんか。

特定非営利活動(NPO)法人 日野福祉の学校

〒191-0062 東京都日野市多摩平 1-2-26 シンデレラビル 3階

電話：080-6250-6632 (湯本) FAX：042-589-3626

★このプログラムのお問い合わせ

090-8564-5265 (大塚)

E-Mail：director@hinofuku.org ホームページ：日野福祉の学校 で検索