平成２７年度 第５回 生きがい講座

自分史作成講座

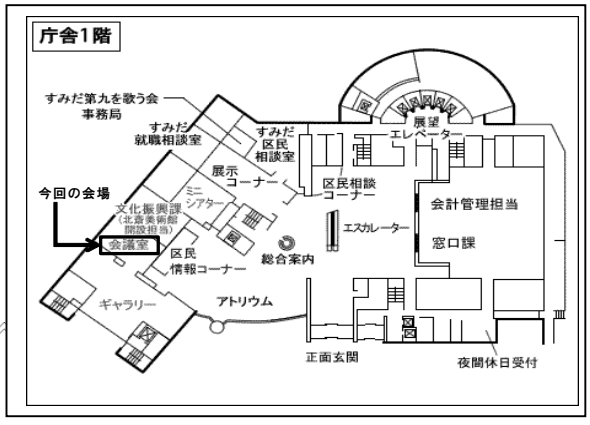
～自分の人生を年表に～

　これまでの人生で経験した出来事や、人との出会いを思い起こし、そこから学んだことや気づいたことを整理します。
　さらには、これからの人生を充実したものとするために、今後の目標や取り組みたいことを考えてみます。
　これらを通じて、自分だけの年表を書いてみませんか？

パーソナルメモリーズ代表
自分史活用アドバイザー　須藤（すどう）　渉（わたる）　講師

日　時：平成28年　2月　6日（土）
　　午後1時30分～3時30分

場　所：すみだリバーサイドホール会議室　※墨田区役所1階
　　（墨田区吾妻橋1－23－20）
費　用：無料
定　員：40 名
対　象：おおむね55歳以上
注　記：筆記用具を持参願います。



申込み・問合せ：NPO 法人てーねん・どすこい倶楽部
　　〒131-0032 墨田区東向島１-17-8-2Ｆ
　　電話 5631-2577　ＦＡＸ5631-2578
　　受付時間　平日午前１０時～午後４時
企　画・運　営：NPO 法人てーねん・どすこい倶楽部
主　　催：墨　田　区