

「お片づけは新しいライフスタイルのはじめの一歩」

10月29日(日)13:30~15:30 整理収納アドバイザー 大堀 初島 さん

私たちは不要なものを含め、物が捨てられず、一方、新しく何かを買ってしまう。現状を冷静に分析し、本当に使用する物が、必要なものなのか見詰め、物に対する勝手な思い込みを排除して、思い切って、思いっきり捨てていく、それが、片づけの8~9割を占めるとのお話でした。自分が捨てられない理由を一つひとつの物に対して見出すと、自身の課題が見え、片づけに向き合うことができるのではないかと思います。

物が整理された生活は、時間・金銭・精神的ゆとりを生むことを心に留め、各自の生活プランを立てていけたらと思う講座でした。

- ・ポイントを適切に話してもらえた(整理の弱点をしっかりと説明された)。すぐに取り掛かるとよいと思えるお話でした。
- ・お片づけは心の整理から。決心して処分しよう、と思いました。
- ・頭では分かっている → 思い切りが足りない。ゴールを決める。自分を変えないと何も変わらないんだと思いました。



「情報(IT)と上手につきあおう」

11月12日(日)13:30~15:30 NPO法人パソコンまるごとアシスト 長谷川郁代 さん

IT全般に亘る危険性とその用語の解説、そこからセキュリティーに配慮することの重要性を、具体例を提示しながら示していきました。

後半は、それぞれ受講者からスマートホン・タブレットの機能や扱いについて質問を受け、講師に解説していただきました。

情報(IT)に関しては、それぞれの人のレベル、機種の違い等があり、意外に普遍的課題提示が難しいことが分かりました。かなり具体的な課題で講座を開く事が必要なのかもしれません。

- ・もっと詳しく知りたい。
- ・具体的でよかった。



「装いのTPO 個性の活かし方」

11月25日(土)13:30~15:30 学校法人平野学園 学校長 平野宏司 さん

装いのアイテムは衣服類・装飾品・髪型・香等多彩です。

T(Time 時間) P(Place 場所) O(Object 目的)は最低限のルールで、自分が接待者だと仮定した時、気持ちの良い、不快を感じない装いと考える。その中で、新しい流れを作り、自分を印象に残したいと考えるのがおしゃれを取り入れること。楽しみましょうと話されました。スタイリング・流行のものは、色・素材・シルエットの取り合わせ。チラシ・ネット情報、常に注目される政治家・タレントなどをチェックして取り入れたり、安価なアイテムを取り入れて挑戦してみるとよいとのことでした。

装いは「どんな自分を見せたいか」それは、「どんな自分でありたいか」ということ。気持ちを着替える事が大切だということ学びました。

・普段チラシやテレビを何気なく見ていました。そして毎日何気なく服を選んでいました。先生のお話を伺って、なるほどと思いました。オシャレな友人や姉は色々なアイテムを所有していて、トレンドをちょっぴり付け加えて素敵に着こなしていますが、今日のお話で、私も工夫してどんな自分でありたいか、同自分を見せたいか考えてトライしてみようと思いました。

・人に対する気付きのあり方を学習できました。



「効果的なプレゼンテーション」

2018年2月7日(水)18:30~20:30 NPO法人泉京垂井 副理事長 神田浩史 さん

苦手を克服するそれぞれのテクニックの前に、大切なことは、やりたい事業は「何のために」やりたいのかという「根幹」を明確にしておくことが大切であり、どのような社会課題の解決につながるかを考えることが必要。この部分をしっかり持っていれば、相手に伝わりやすくなる。

加えてのテクニックで、大事なことは前にもってくる、伝えたいことの構成を立て、情報を整理すること、できれば練習すること。細かなテクニックもあるが、やはり一番大切なのは伝えたいこと(=根幹)を明確にし、熱意を持って伝えること、といったお話でした。

- ・目的を持ってプレゼンすることが、相手に伝わりやすくなることと分かりました。
- ・今後の活動に役立てたい。



「わたらしい働き方・生き方を見つけましょう」

2月 17日(土) 13:30~15:30 NPO 法人クローバ! 代表理事 島田貴子 さん

最初に、世の中の流れや仕組みの変化の中で、女性が仕事をする割合や全体数が増えてきた過程の話をされました。講師は就職難の世代なので地元で就職しましたが、結婚出産で仕事が途切れ、再度仕事につくことを考えた時、自分の好きな分野で、家事育児や他の活動も可能なフリーランスな仕事を選択しました。ネットと口コミで輪が広がり、今日の活動・仕事に至っていると話されました。

現在重要視されているワードは“ママ目線”“女性の視点”で、これが経済効果につながる商品や戦略となっている、人生を長いスパンで考えた時、仕事も生活もこうあらねばと固く考えず、今できること、やりたいことから取り掛かることが、次につながる、と話されました。

後半、参加者交流をする中で、様々な年代の方の話を聞き、女性の生き方の多様な可能性をともに確認し合うことができました。

- ・人それぞれのライフスタイルを選択していいのだと分かり、自分で少しホッとしました。
- ・働き方や生活の仕方を良く考えて選んでいきたいと思います。
- ・人任せでなく、自分から動いていかなければと思いました。

