

港区「みんな食堂」共催ワークショップ

～自分らしい人生を歩むためのStartにしよう～

自分らしい軸を見つける2日間

当ワークショップでは、自分と向き合い、他者とつながり、対話を通して、あなたらしい旅への一歩を踏み出します。

アクシス
発見
スクール

アクシス発見スクール×ハートリボン協会共催

◆ 社会人向け（年齢不問）

開催案内

全2日開催: 11/30(土) 1/25(土)※予定

開催場所: 港区新橋3-16-10

JR新橋駅より徒歩2分/内幸町駅より徒歩4分

定員: 最大6名 ※申し込み多数の場合は抽選

- ✓ 参加費: 無料
 - ✓ ワーク前のランチ無料提供（お子様分も）
 - ✓ 小学生以下のお子様はワーク中
現役の保育士さんがお預かりします。
- 支援企業: 株式会社みんなのみらい計画

お問合せ: info@axis-school.jp

申込み: QRコードより



プログラム案内（2日ともご参加ください）

発見！自分らしさ！



11/30(土)
12:00～16:00
12:00～昼食

自分の普段の行動や歴史（過去）を丁寧に振り返ることで、自分自身について考える



参加者同士でワイワイ
対話（質問→回答→感想）
をするワークです

挑戦！自分の未来！



1/25(土)
12:00～16:00
12:00～昼食

ワクワクする未来を想像して、自分らしさに気づき、その道について考えて、自分らしい選択への一步を踏み出す



参加者同士でワイワイ
対話（質問→回答→感想）
をするワークです

自分らしい人生を歩むためのStartにしよう！

自分らしい軸を見つける2日間

◆ 担当コーチからのメッセージ



ゆかりん（小野祐香）
愛知県出身
大分県育ち
目黒区在住
化粧品メーカー勤務



毎日忙しく過ごす中で、自分自身とじっくり向き合う機会を作るのは難しいと思います。この2日間のワークを通して、自分のことをより理解して、自分自身の人生をリードしていきましょう！



なおやん（吉田直哉）
大阪府出身
港区在住
洋菓子メーカー勤務



自分自身が何を大事にしているのかを言葉にできるようになると毎日の仕事の中に意味を見出すことができます。他人と違う自分らしさを楽しめるようになりましょう！

前回参加者/保育士さんの声

今回のワークについて、当てはまるものを選んでください

3件の回答



- 大変有意義だった
- 有意義だった
- あまり意義を感じなかった
- 意義を感じない



初めての、発見ワークで楽しかったです。毎日子供も土日も一緒なので離れられるの良かったです



今の自分は過去の選択の結果なんだと気づくことができました。



子供を預けられて自分ひとりの時間が出来てすごく良かった



保育士さん

- ・お子様にとっても、近い場所にお母様がいることがより安心感をもって過ごせたと思います。
- ・イベントを通して気持ちがいより前向きになられたお母様と一緒に楽しそうに帰る姿がとても印象的でした。
- ・今後も意義のある同イベントを継続的にサポートさせていただきます。



保育士さん

今回のイベントのように、保護者様に向けて発信することに関してとても効果が見込めて良い活動だと共感出来ました。
子育ては、楽しいものでもあるのですが、どうしても社会から孤立しやすくなってしまふ、「孤独な子育て」をしている人たちもいらっしゃいます。
 アクセス発見スクールの活動は、そんな方にも効果が期待できると思いました。