

いきいき人生のための



# 自分史教室



無料

4月2日・9日・16日・23日

月曜日 午前10時～11時30分

■対象：60歳以上の港区民で全4回出席できる方

■場所：白金台いきいきプラザE室

■定員：15名（抽選）

■持ち物：思い出深い写真7.8枚、筆記用具  
（いつの時代の物でも可）

■講師：前田 義寛氏（一般社団法人自分史活用推進協議会 理事）

■申込：3月11日（日）～3月21日（水）までに

ご本人が電話または直接受付にてお申込みください。

※当選者のみ3月22日（木）以降にご連絡致します。



自分の写真を見ながら、思い出を回想してみませんか？  
今後のいきいき人生のための自分史を作ります。

1回目：テーマ設定 人生の中で思い出深い写真を見て、テーマを決めます。

2回目：文章の作り方を考える。文章のまとめ方等基礎知識を講師より学びます。

3回目：添削 自分で書いた自分史を講師に添削してもらいます。

4回目：発表 自分で書いた自分史を発表します。

★港区立白金台いきいきプラザ★（指定管理者）社会福祉法人 奉優会  
〒108-0071港区白金台4-8-5 [TEL:03-3440-4627](tel:03-3440-4627)

掲示：3月5日～ 担当：高部、山本