

# 「ねばならない」を手放して、私らしく生きる！

コロナでステイホーム期間、おうちで片づけをした方も多いのではないのでしょうか。

整理の意味は「 unnecessaryなものを取り除くこと」、みなさん、不要なものをちゃんと捨てられましたか？不要なものを手放すと大切なものが見えてきます。

そんな何かを手放した3人のお話と、参加者の皆さんと話し手との楽しいディスカッション・セミナーです。

さて、3人はなぜそれらを手放したのでしょうか。

そして見つけた大切なものとは…。

あなたにとって大切なものは何ですか？

その大切なものに気づくための2時間です。

「ちゃんとしなきゃ！」  
という思いを手放したのが  
一番大きいかも…  
by たかちゃん



やりたくないことを  
手放した。  
わがままっぽく  
聞こえるかな(笑)  
by あやや

化粧・毛染め  
死ぬまで食べていける  
経済力(^-^:)  
by kyoさん



令和2年**12月26日** (土) **13:00~15:00**

話し手3人

たかちゃん： 高原 崇介さん (共感的コミュニケーション案内人)

あやや： 落合 彩矢さん (ファイナンシャルプランナー F.P.いろどり相談室代表)

kyoさん： 平野 京子さん (整理収納アドバイザー おうち空間プロデュース縁(えに)主宰)

場 所：和歌山県男女共同参画センター“りいぶる”会議室A

(和歌山市手平2丁目1-2和歌山ビッグ愛9階)

定 員：20人 (定員になり次第、締め切ります)

申込方法：電話・ショートメール・Eメールで、お名前、ご連絡先を、

「12月26日のセミナーの件で」とお知らせください。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスク着用をお願いします。また、一時保育はありません。

お申込み・お問い合わせ ファースト・ステップ (担当：平野)

電話・ショートメール：090-8375-1333 eメール：wakayama.firststep@gmail.com

主催：和歌山県 企画・運営：ファースト・ステップ

「ファースト・ステップ」は、和歌山県内におけるそれぞれの地域(まち)の方々が、様々な情報を共有できる支援ネットワークを構築する活動をしています。