

女性チャレンジ応援拠点だより 2018 11月

〇〇〇〇〇 コラム【 愁い（うれい）を次のチカラに 】〇〇〇〇〇

日が短くなりました。秋が深まり、紅葉がたのしみな反面、今年も残り1ヶ月少々だと思えば、もの思いにふけることはないでしょうか。

思うようにいったこと、いかなかったこと、想定以上だったこと、まったくの想定外だったこと、などなど。良くて良くなくても、ふと我にかえり、これでいいのだろうかと思わせるのが秋の季節のなせるワザかもしれません。愁いを前向きにとらえて、この先の歩みにさらにチカラをつけたいところです。



そこで、『チャレンジであなたも人も成長する訓』その7.は、**未来の自分にメッセージを書いて、わたしの〈道〉を迷わないようにする！**

10月中旬には書店や文具店などに来年の手帳・カレンダーコーナーが設けられて、多種多様な手帳・日記帳が並びます。今も昔も「書く」効用はよく知られています。デキる経営者はメモ魔が多いとも言われます。マネジメントの父と呼ばれる、かの「ドラッカー」が著書の中で教えてくれています。レオナルド・ダ・ヴィンチは何冊ものノートに自問自答を書き記していたそうです。その意義をよく理解していた「モーツァルト」も同じようにしていたといえます。自分は何をすべきか、自分が進むべき道はどこか、折にふれ、自問自答をかさねていたのです。二人の偉人ほどでなくても、「書く」を習慣にしている方は多いでしょう。

でも、もしそうでないという方は、この11月中に一度、自分へのメッセージを書きましょう。未来の自分に語りかけるように、あるいは宣誓するように、いま何を考え、これからどうしていくかといった、未来への道のりを800字程度で書くのです。できれば用紙は良質なものを選び、長期保存に耐えるようにしておきたいものです。追って必ずいろんな局面に出会い、そのつど見直すことになるはずですよ。

そもそもまだ〈道〉がわからない、まだはっきりとは見えてこない…と思われる方は、どうぞ「女性チャレンジ応援拠点」へお越しください。拠点のスタッフがあなたの話をじっくり聞いて、道先案内人になります。たまたま居合わせた来室者との交流も、〈道〉を見つけるためのよい問答になるかもしれません。スタッフ一同お待ちしておりますので、どうぞお気軽にお立ち寄りくださいね！

〇〇〇〇〇 イベント情報〇〇〇〇〇

★お気軽♪ミニサロン★

いろんなテーマでミニ交流会やミニ講座を開催しています。残席わずかのサロンも！申込はお早めに♪

④11月18日（日）読んだつもりの読書会～かんたん栞づくり～※クレオ中央フェスタ同日開催

⑤11月28日（水）【居場所づくり】で活動したい人サロン

⑥12月1日（土）理学療法士が教える【姿勢のイロハ】～元気とキレイは姿勢から～

時間：10時30分～12時 会場：クレオ大阪中央4階・女性チャレンジ応援拠点

定員：各女性10名程度

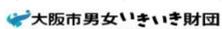
申込方法：来室・メール・FAX・電話にて事務局まで または申込フォームから

女性チャレンジ応援拠点

場所：大阪市天王寺区上汐5-6-25 クレオ大阪中央4階

電話&ファックス：06-7659-9640

メール：women-kyoten@danjo.osaka.jp

運営団体：大阪府男女いきいき財団

（一財）大阪府男女いきいき財団

※開室日

※日・月曜日、祝日、祝休日の翌日は休室

火	水	木	金	土
10:30 ? 12:30	18:00 ? 20:00	13:00 ? 15:00	10:30 ? 12:30	13:00 ? 15:00

※開室時間内は自由に入退室いただけます。
お気軽にお立ち寄りください。

