

男女共同参画センター

生涯学習センター

DV総合対策センター

相談する

図書を借りる

視聴覚機材や
PCを借りる

ホールや研修室を
借りる

[トップページ](#) > [生涯学習センター](#) > [講座レポート](#) > [令和元年度](#) > [県民講師チャレンジ講座](#) > 県民講師チャレンジ講座「お部屋の片付け 初めの一步 講座」を開催しました

令和元年度 県民講師チャレンジ講座

【お部屋の片付け 初めの一步 講座】

※県民講師チャレンジ講座・・・県民の方が講師となって講座を開催するチャレンジ講座です。

- 講座名 「お部屋の片付け 初めの一步 講座」
- 講師名 梅野 真由美（うめの まゆみ）
- 日 時 令和2年2月15日（土） 14：00～15：30



講師の梅野さんは「もともと片付けが苦手で、そんな自分が嫌で長年つらい思いをしていた。ある講座で、自分の心を整理することが部屋の片付けにつながると知り、少しずつ片付けができるようになっていった。多くの人に片付けの仕組みを知ってほしい」との思いで、今回の講座にチャレンジされました。



講座の冒頭では、「この講座でどんなことを持ち帰りたいと思っていますか？」「部屋が片付いたらやりたいことは何ですか？」などの質問が書かれたワークシートに、参加者のみなさんはそれぞれの思いを書き込みました。

それを発表することで自分の気持ちを自覚し、お互いに共有して行きました。

その後、梅野さんの経験を通して「片付けの仕組みの重要性」「習慣化しやすい工夫」「小さな成功体験を積み重ねること」などを丁寧に紹介されました。



2枚目のワークシートでは「片付けたい場所」「具体的な行動」「その期限」などを整理して行きました。一人ずつシートの内容を発表しながら、梅野さんがアドバイスやアイデアを提案されました。

最後に、絵本の読み聞かせを通して「気持ちの持ち方次第で見え方、感じ方が変わってくる」ということを伝えられました。

梅野さんは、講座が終わってからも会場に残られ、参加者の話を聞いてアドバイスをされていました。

【参加者の感想より】

- 片付けに関する本を読み漁ってきたけれど、背中を押された気がしました。
- ハキハキした話し方が良かったです。絵本も心にしました。
- 講師の体験を丁寧に聞いたので、自分に置き換えて感じることができた。
- 前向きな気持ちになれた。また話を聞きたい。
- 気付かなかった部分を話してくれたので良かった。

今後の梅野さんの活躍を応援しています。

[アバンセとは](#) | [リンク集](#) | [公益財団法人 佐賀県女性と生涯学習財団](#)



佐賀県立男女共同参画センター
佐賀県立生涯学習センター

TEL : 0952-26-0011
FAX : 0952-25-5591

〒840-0815
佐賀県佐賀市天神三丁目2-11(どんどんの森内)

交通アクセス

お問い合わせ

開館時間

火曜～土曜日：8時30分～22時00分
日曜・祝日：8時30分～17時00分
(ホールは22時00分まで)

休館日

毎週月曜日(祝日も含む)
12月29日から翌年1月3日まで

館内フロアマップ



施設利用の手続き



利用料金表



施設利用Q&A



アバンセレストラン
「あいちゃん農園」
お問い合わせは
080-4312-4831