

3月下旬開講！ 初回無料！

## POROセミナー

「PORO」では、高齢者の皆さんが自分の思い出や生きた証を残すお手伝いの一環としてセミナーを開催します。

お気軽にお問い合わせください。  
<http://www.omoide-poro.sakura.ne.jp>

自分史づくりは、自分を振り返ること。**「これなら書ける自分史入門講座」**  
きっと、何かが見えてきます！

自分史をつくりたいと思っても、どこから手をつければいいのかわからない。書き始めたけれど、挫折してしまった。そんな悩みをもつ方に、文章を書くプロであるライターがあなたらしい自分史づくりをアドバイスします。

【内容】自分史づくりの意味や自分史づくりを始めるにあたっての心構えからスタート。資料集めや年表づくりなどの準備を経て、受講者の方に実際に書いていただき、講師が添削指導する形で進めます。

セミナーは少人数（最大5名程度）で行います。グループでの回想ミーティングを交えながら講師がおひとりお一人に寄り添い、自分らしい成果にたどりつけるようアドバイスいたします。

- 自分史についての概論●自分史をつくるメリット
- 資料集めと自分史年表の作り方
- 表現方法（どんな表現で自分史を書くか）
- 添削とアドバイス



※グループでの受講や出張、個人受講もご相談させていただきます。

あなたの目的に応じてアドバイスします。

- まったく文章を書いたことがない
- 書き始めたけれど、挫折してしまった
- 資料は集めているけれど、どうしたらいいかわからない
- 大げさな自分史はいらないけど、自分の生きた証を記録に残しておきたい
- きちんとした本にしたい

こんな方でも大丈夫！

- 場所：大阪市中央区本町3-4-11  
丸寿ビル8階 PORO松浦事務所  
(御堂筋線本町駅3番出口からすぐ、和菓子の千鳥屋隣)
- 日時：3月下旬スタート  
平日18:00～ 土曜日10:00～  
(各約1時間半)

### ◆お問い合わせ◆

お申し込みはFAX、もしくはメールにて。

昭和の思い出つむぎ隊「PORO」  
541-0053 大阪市中央区本町3-4-11丸寿ビル8F  
TEL/FAX 06-6260-4727  
お問い合わせ用メールアドレス：info@omoide-poro.ne.jp

興味のある方は、住所・氏名・連絡先等をお知らせください。追って日程等ご連絡させていただきます。

住所：〒

氏名：

連絡先（電話・FAX）

メール：

希望曜日：

キリトリ