

# 「できたことノート実践セミナー」

最近、こんな時がありませんか？

- ✓自分自身に何か自信が持てない時がある
- ✓他人の評判が気になる時がある
- ✓褒められても素直に受け止められない時がある
- ✓会社に行く朝が辛い時がある
- ✓みんなの会話の中に入れない時がある

そのような事にお悩みの方にご紹介するセミナーです。



## 【セミナーの内容】

- ・目標達成のための行動習慣化「PDCFAサイクル」
- ・できたことの見つけ方
- ・自分と向き合う、内省のための4つの要素
- ・行動力をアップするクリティカルシンキング手法
- ・ありたい姿を見つけるためには

自分に自身が持てる自己肯定感の高め方を学んでいただきます。  
個人の方、会社の人材育成担当者の方にお薦めします。

### 参加される方へお伝えしたいこと

日々の生活の中でも、どうしてもできなかったことに目がいってしまいますことはありませんか？  
「どうしてわたしはできないの？」「どうしてうちの子はできないの？」  
わたしたちは毎日「できていないこと」をまず考える様になってきていませんか？

でも、子供の頃にはじめて自転車に乗れた時、一人でお買い物が出来た時、絵が上手に書けた時・・・  
きっと、わたしは心の底から嬉しくて「やった～、出来た～！」と笑顔で自分を受け入れていました。

今のわたしは毎日少しの時間を自分と向き合うだけで、少しずつ自分が変わってきたことを実感しました。  
是非この講座は、子育て中のお母さんや毎日仕事や家事に頑張っている主婦やビジネスパーソンに参加していただき、「やった～、出来た～！」と自己肯定感を上げて笑顔の時間を増やして欲しいと願っています。  
更に会社の中を生き活きとした雰囲気になりたいとお考えの人材育成担当の方にもご紹介したい内容です。

日 時：平成30年4月23日（月）13:30～15:30（13:00受付開始）

会 場：三部会計事務所 第2ビル研修室 郡山市緑町9-12 駐車場あり **定員：15名**

参加費：3,500円（税込） ※当日現金にてお支払ください

講 師：株式会社e事務局 代表 加藤 昌宏

社長の「あっ、これ困ったな！」のモヤモヤの糸をほぐして  
何から解決して行くかの道筋を社長と一緒に考えるe事務局主宰。  
職業：講師、ITコーディネータ（1959年12月30日 福島市生まれ）

- ・大学卒業後、外資系大手OA機器メーカーの販売会社に入社。
- ・35年間勤務する中で営業、営業企画、営業教育、販売促進の業務を経験する。
- ・2008年 NPO ITCふくしまに入会、2016年8月より理事長に就任。
- ・2014年3月 福島県の次世代を担う若手経営者や起業を志す人材の育成、支援を目的とした一般社団法人 グロウイングクラウドの設立に理事として参加。
- ・2017年5月 会社を退職し、シニアが社会貢献できる場作りを目指して「株式会社 e事務局」を設立。

郡山市初開催につき  
参加特典として「できたこと手帳」  
1冊を会場にてプレゼントいたします。



お申込みは

Mail (info@e-jimukyoku.jp)

もしくはWEB ( <http://e-jimukyoku.jp/dekitakoto/> )まで

後援：株式会社グッドビジネスパートナーズ（三部会計グループ）