

大自然のなかでゆったりと
自分と向き合う時間

育自の魔法[®]

リゾート

陽のあたる場所

2019年

4/20~21
(土) (日)

▼会場: 青空の扉

長野県茅野市 蓼科ビレッジ内
※詳しくは裏面をご覧ください。

▼申し込み: 宿泊7名様 限定 + 10名様まで

makimi55h@gmail.com (星沢)

fukadat1@gmail.com (深田)

(1.名前 2.PCと携帯のアドレス 3.携帯番号)

▼参加費: 各回 2,000円

Part1~3 通し参加はセット申し込み 5,000円

宿泊費が別途かかります。

詳細は裏面をご確認ください。

4月20日(土)

第1部 育自のための小さな魔法 Part1
～ 自分の人生を語る ～
時間 13:00～15:00

第2部 育自のための小さな魔法 Part2
～ 自分の好きを語る ～
時間 15:20～17:20

4月21日(日)

第3部 育自のための小さな魔法 Part3
～ 自分の未来を語る ～
時間 9:30～11:30

ワークショップ『育自のための小さな魔法』

いつからか、夫、妻、父、母、上司、部下などの立場、役割、肩書で生きること慣れていて、それぞれの役割も大切だけど、その前に私は名前のある一人の人間。自分という土台にしっかり足が着いている安定感と心地よさを感じたら、きっと、もっともっと自分のことが好きになって、楽しくてしょうがない時間を過ごせるでしょう。ココロの扉を開き、一緒に味わい、拠りどころになるようなひとときを、毎日毎日、がんばっているあなたに贈ります。

『育自のための小さな魔法』コンテンツ

たった2時間、それぞれ3つのプログラム。ところが...このプログラムの中に小さな魔法の仕掛けがたっぷり。さあ、あなたの中の宝物を見つけにいきませんか。懐かしく、ほっこりする体験をしてみませんか。

Part1 自分の人生を語る ー過去の自分とつながるー
自分の人生をふりかえり、お互いの人生を聞き合い、踏ん張って生きてきた自分と目の前の人にエールを送る、そんな時間です。

Part2 自分の好きなことを語る ー今の自分とつながるー
ココロの声に耳を傾けた時、聞こえてくる自分にとって大好きなモノやこと...それについて大いに語る時間です

Part3 自分の未来を語る ー未来の自分を創造するー
Part2で語った大好きなことを継続してやり続けたら、どんな未来が見えますか? そこにスポットライトをあてて、5年後のビジョンを描きます。



NPO法人
育自の魔法のねがい

あなたは今、どのくらい自分らしく生きていますか。あなたが「幸せ」と感じると、その「幸せ」の芽はあなたの周りにしっかり育っていきます。あなたを育むことができるのは、あなた自身です。自分を心から「幸せ」と感じると、あなたに包まれる家庭や社会は豊かになります。そうした世界が拡がることを私たちは願っています。

みなさんと共に体験の旅をサポートするファシリテーターをご紹介します。

●星沢 真希美

長野県長野市 在住

浜田省吾、ヤクルトスワローズを30年以上応援し続けている情熱派。

「好き」から生まれるエネルギーを大切にしている。

2016年米国CTI認定のプロコーチの資格を取得。2017年育自の魔法のファシリテーターを取得。

2018年地域コミュニティ「きらきら星」を発足し、コーチ、ファシリテーターとして活動している。

●深田 丈史

宮城県仙台市 在住

やかんと送電鉄塔をこよなく愛する。

システム機器販売会社に勤務する。12年間の営業職、マネージャー職を経験後、8年間の総務・人事を経験。

社員とその家族が誇れる会社を目指す中で、人材育成に大きな関心を持つ。2013年育自の魔法ファシリテーター資格を取得。肩書きや老若男女の垣根なく、暖かい関係が広がっていく東北を夢見て「育自の魔法」を広める活動をしている。

●会場・宿泊先情報

プチホテル 青空の扉

長野県茅野市北山5513-90

蓼科ビレッジ緑山152

TEL.0266-78-0015

アクセス 諏訪ICより20分程度

<http://aozora-p.com/access.html>

1泊2食付 ご夕食は洋食フルコースのお料理付き

お部屋タイプA 2名まで 1名につき14,500円(税別)

お部屋タイプB 2名まで 1名につき14,500円(税別)

お部屋タイプC 2~3名まで 1名につき16,500円(税別)

※タイプC 3名様利用時 1人15,500円

※先着7名様まで

※ご友人・ご家族などペアでもお申し込み大歓迎です。

※同性同士の相部屋となります。

※定員を超えた場合は近くのペンション・温泉街をご紹介します。



●問い合わせ・ご連絡先

星沢 真希美 (まっきー)

makimi55h@gmail.com TEL 090-8114-0189

深田 丈史 (たけび)

fukadat1@gmail.com TEL 090-5832-6861