

※「あすてらす開館20周年記念イベント」の一般公募団体による分科会として行います。



今日からは「後回し」にしない私!



# 欲張りな人生を楽しむための タイムマネジメント講座

\*スケジュール手帳を活用したタイムマネジメント術です。

2019年 **11月15日(金)**

13:30 ~ 15:10 (受付:13:00~)



先着  
80名

会場 **あすてらすホール** (大田市大田町大田イ236番地4)

参加費 1,000円 (資料・お茶付き) \*当日、受付でお支払ください。

♡ 講座を受けて「なれる自分」♡

- 「決めた」ことが「出来る」自分
- 時間に追われる自分を卒業
- 頭もスッキリクリアで整理上手

♡ 女性社員の活躍を  
応援したい方にもおススメ!

講師

(社)日本スケジュール協会 代表

あさの なゆ

**浅野夏悠** 先生

- ・手帳ディレクター  
(受講者5500名のタイムマネジメント手帳術開発者・ノートブックセラピスト)
- ・NPOウィメンズナレッジ理事長
- ・ワークライフバランス認定コンサルタント
- ・方眼ノートシニアトレーナー

SNSなどで、いま話題の手帳術。自作手帳がネット販売のみで1000冊完売。セミナーは3年で600回、思考整理のノート指導も人気。高校は演劇科。ワンオペ育児のストレス発散に30歳ト素人で始めた趣味のテニスは40歳で全国大会入賞を果たすほどに。子供から大人まで3000人指導のテニスコーチの経歴ももつ。特技は、「共感力」で「いくつもの視点を持つ」こと。現在、1年の1/3はイギリスでリモートワークライフ。



島根では  
**初開催!!**

\*メール・FAX・郵送

のいずれかでお申し込みください。

企画・主催 **ワーキング女子FAN**  
後援 島根県中小企業家同友会

メール [nakawaka2nd@gmail.com](mailto:nakawaka2nd@gmail.com)

FAX 0852-31-9022

郵送 〒690-0816 松江市北陵町51-3 メディアスコープ 中村気付

参加申込書 (10/30締切) 申込日 月 日

お名前(ふりがな)

\_\_\_\_\_

該当箇所に○をしてください

年代 10代・20代・30代・40代・50代・60代・70代以上

居住地 \_\_\_\_\_ 県 \_\_\_\_\_ 市・町

職業 勤め人(会社員・公務員)・主婦・経営者・その他( )

連絡先(通じやすい電話番号)

メールアドレス(あれば)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_