

# 私の“大切な時間”を考えるワークショップ

～ 今を味わう ～



毎日、何気なく過ごしてしまいがちな時間。その時間の捉え方について、改めて考えてみませんか？ たとえば、あなたが大切だと思う時間は、どのような時間ですか？ そのとき、どのような意味を感じていますか？ “大切な時間”を考えるワークを通して、ライフキャリアをより豊かに感じる体験をしてみましょう。

私たち「ライフキャリアの扉」は、『自分軸』と『聴く力』の成長をテーマに、ライフキャリア(仕事、生活、余暇、休息など人生そのもの)における新しい視点をお伝えしています。今回のワークは、時間の捉え方考えることで、**私にとって大切な価値観＝自分軸は何なのか？**を考えてみる時間となります。

## <ワークショップ内容>

### (1)私の“大切な時間”を考える

～ “大切な時間”に名前を付ける

ファシリテーター：西 康男

(国家資格キャリアコンサルタント)

(NPO法人ライフキャリアの扉 理事)

### (2)ダイアログ

(無料キャリアカウンセリングのお申込みも受け付けます)

## ご案内

### 私の“大切な時間”を考える ワークショップ

～ 今を味わう ～

日時 2025年8月24日(日)13:30～16:30

(開場13:15)

場所 神奈川近代文学館 中会議室

横浜市中区山手町110

みなとみらい線 元町・中華街駅  
下車 徒歩10分 / JR京浜東北  
線 石川町駅下車 徒歩20分

[神奈川近代文学館](#)



神奈川近代文学館 - Google マップ

参加費 2000円

[お申込みは、こちらをクリック](#) またはQRコード

または<https://lifecareer-tobira.org/>のご案内ページにて



NPO法人

ライフキャリアの扉



〒221-0835横浜市神奈川区鶴屋町2-21-8 第1安田ビル6F

<https://lifecareer-tobira.org/>