

パソコン教室の窓から(44)

NPO 法人コミュニティNET ひたち(Cnet) 久保 裕

## 「自分史づくり講座」への案内

### ～人生100年時代のライフワークデザイン～

「自分史づくり講座」はパソコンによる製本講座です。人生100年時代となり過去の記録を残すと同時に新しいライフデザインをしていく場でもあります。



過去を振りかえり、多くの記録を整理して編集して本にしてみましょ。仕事一筋に生きてきた人、子育てのために生涯を尽くしてきた人、親の残した思い出が沢山ある人など、その記録を散逸させないで整理してみましょ。

同時にライフワークとして続けられる自分史づくりは、歴史を学び、生き方を学ぶ、生涯学習の真ん中にある重要なテーマといえます。そして親戚縁者、知人やお世話になった人に記録を残す。それは人生100年時代を、これから生きて行く私たちの礎(いしづえ)になるものです。

本にするまとめ方、パソコンの使い方などを学習していきます。

「自分史づくり講座」のテキストの内容は次の通りです。

第1章 自分史の魅力とメリット

第2章 自分史の作成プラン

第3章 自分史づくりの7ステップ

第4章 パソコンを活用した自分史づくり

第5章 自己分析ツールとしての自分史

第6章 わが自分史の試み

第7章 長い文章を書き続けるコツ

文章を書いたり、写真を編集したり、年表をつくるのも、自分史を形にするために、パソコンは欠かせないツールです。

パソコンの Word あるいは Excel を使って最終的な冊子や本にする編集作業までパソコンで完成することができます。

記録して残さなければ消えてしまう。皆さん、「自分史づくり」に挑戦してみましょ。

### 「自分史づくり」講座

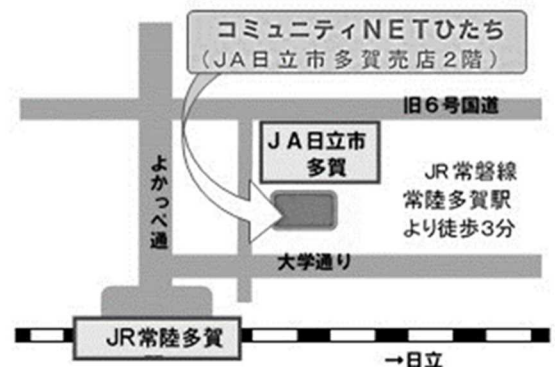
開催日時：毎月2回第1、3火曜日  
午前9時30分～12時  
何日からでも受講開始できます。

場所：NPO 法人コミュニティNET ひたち  
パソコン教室

講師：久保 裕

受講料：3,000円/月 定員 4人  
(その他に入会金要)

テキスト：1,500円



連絡先：NPO 法人コミュニティNET ひたち  
メール：master@cnet-hitachi.com  
電話：0294-33-0015