

# I'm O.K.

## ～子どもの**自己肯定感**を高める～

自己肯定感とは自分の長所も短所もありのままに肯定できることです。日本人は自己肯定感が低く、**【自信をもてない】【失敗をおそれる】【他人からの評価を気にしすぎる】**とされています。

このセミナーでは、自己肯定感を高めることで、親子ともに**自分らしく、前向きに生きていく**ためのヒントを探っていきます。（主催：一宮市教育委員会）

### 講師

キャリアコンサルタント  
**杉本 尚美** さん



- ・元 外交官  
(H7～H12 在オランダ日本国大使館)
- ・岐阜大学 非常勤講師
- ・愛知県立一宮西高等学校 非常勤講師
- ・愛知県立一宮商業高等学校 非常勤講師

- 会場** 尾西生涯学習センター
- 対象** 市内在住の小中学生の保護者  
※お子さんは入場不可
- 受講料** 無料
- 定員** 30名（抽選）
- 申込期間** 8/23(水)～9/15(金)17:15まで

### セミナーの流れ

- 1 「自己肯定感」を正しく理解する
- 2 多様性が求められる今、自己肯定感を高めることの重要性を学ぶ
- 3 ワークショップで、学びを深める

**10 / 7** **土**  
**10:00** ~ **11:30**

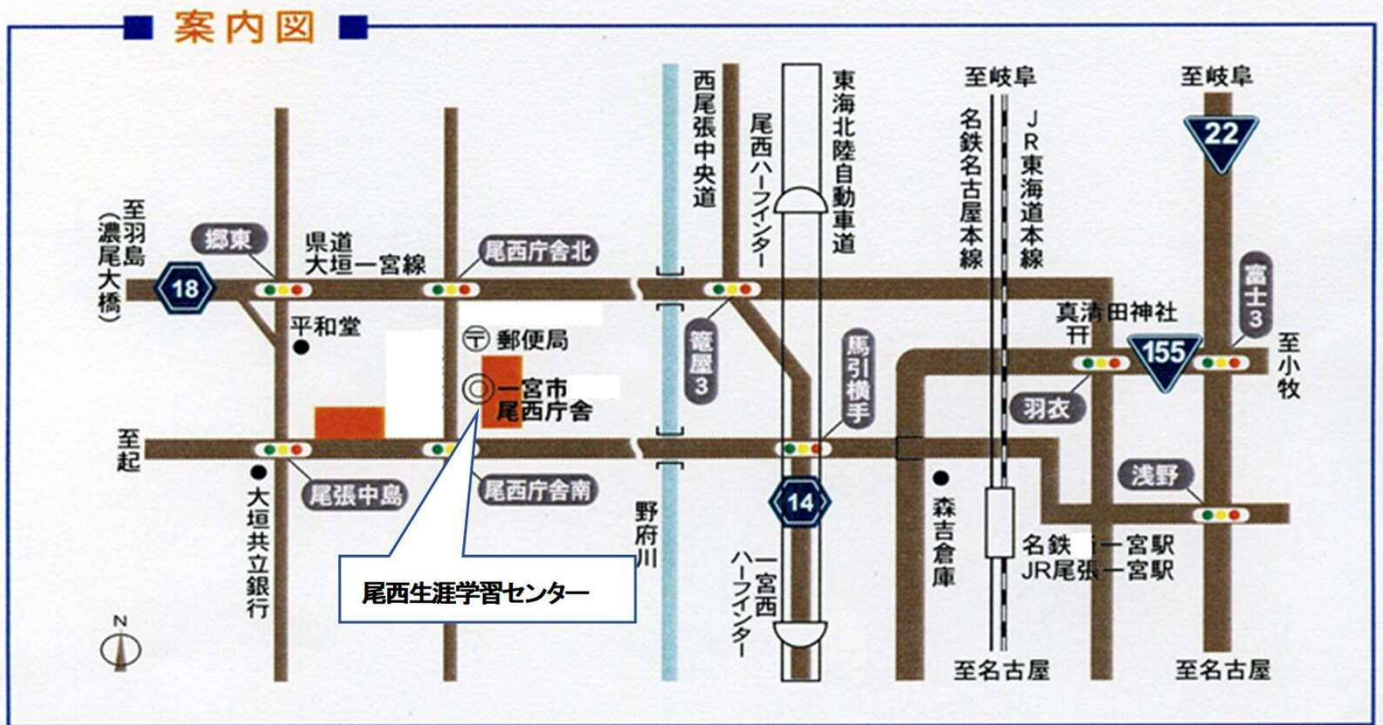
### 申込方法 & 問合せ

電話で生涯学習（0586）85-7074、または右記の二次元コード（市ウェブサイト）から電子申請をしてください。



# 会場（尾西生涯学習センター）について

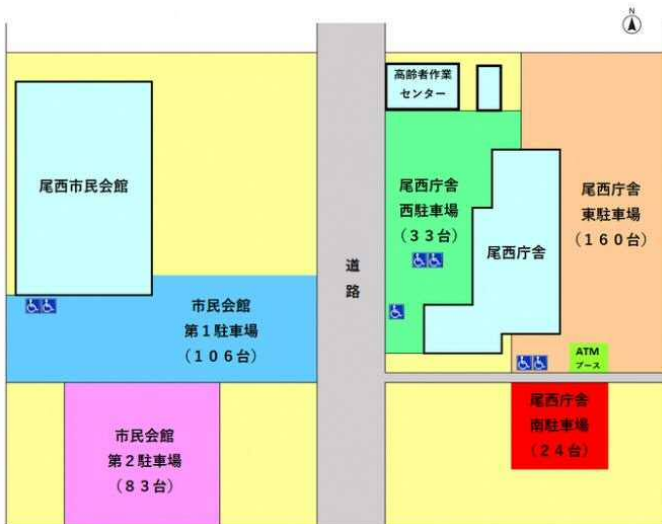
◆ 所在地 一宮市東五城字備前12番地（尾西庁舎内）



## お車でお越しの方

◆ 駐車場

尾西生涯学習センターの東側・西側  
尾西市民会館の南側



## 公共交通機関でお越しの方

◆ 名鉄バス

名鉄バス（一宮駅名鉄バスターミナル）  
「起」「西中野」「蓮池」行きに乗車  
「尾西庁舎」で下車（約10分）

◆ 一宮市循環バス（i-バス）

- ・エコハウス138発尾西北コース  
「尾西庁舎」下車（約31分）
- ・萩原駅発尾西南コース  
「尾西庁舎」下車（約34分）

担当：一宮市教育委員会 生涯学習課  
TEL：（0586）85-7074