

～職場や家庭(子育て)で生きる～

レジリエンス 【失敗からの回復力】 折れない心の作り方

「失敗」を通じて子どもも大人も成長します。失敗を重要な経験と捉え、心のたくましさやしなやかな回復力について、学びませんか???

講座のキーワード

【レジリエンス】

環境の変化や困難な状況に柔軟に対応できるしなやかな強さ

【涵養(かんよう)】

水がしみこむように自然に養成すること

日時：第1回 平成28年10月7日(金)
第2回 平成28年10月14日(金)
午前10時～正午(両日)

会場：宇都宮市教育センター
(コミュニティーホール 1階)

対象：小学生以上のお子さんを持つ方
興味関心のある方(原則2回とも参加される方)

定員：40名(応募多数の場合は、抽選)

受講料：無料

申込み：電話または、はがき、FAX、Eメールで
郵便番号・住所・氏名(ふりがな)
年齢・電話番号を明記の上、
9月16日必着 詳細は裏面にて

第1回 平成28年10月7日(金)

「レジリエンス」失敗からの回復力

講師：金城学院大学 人間科学部 多元心理学科

教授 日詰 慎一郎 氏



レジリエンスとは？

職場でも子育てでも
失敗は当たり前

失敗からの回復こそ
心の成長

第2回 平成28年10月14日(金)

しなやかで折れない心の作りかた

講師：光琳寺 副住職

井上 広法 氏



折れない心とは？

ワークショップ中心の
新しい講座のカタチ

たくましさ
涵養(かんよう)する

定員	40名（応募多数の場合は抽選） ※原則2回とも受講可能な方
対象	小学生以上のお子さんを持つ方 宇都宮市内に在住か通勤・通学している方
会場	宇都宮市教育センター（1階コミュニティホール）
住所	〒320-0816 宇都宮市天神1-1-24 ☎028(639)4383
申込方法	直接 または、電話・はがき・FAX・Eメールで、講座名・郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・電話番号・年齢を明記して、人材かがやきセンターへお申し込みください。
申込締切	平成28年9月16日（金） 必着

< お申し込み・お問い合わせ先 >

宇都宮市教育委員会 生涯学習課 人材かがやきセンター
〒320-0806
宇都宮市中央1-1-13 中央生涯学習センター4階
TEL 028(632)6332 / FAX 028(632)6336
メール u4606@city.utsunomiya.tochigi.jp

メールはこちらから



■ アクセス方法 ■

- ・ JR宇都宮駅から徒歩20分
- ・ 関東，東野，JRバス
「上河原」下車 南下徒歩15分
- 市内循環線（きぶな）
「宇都宮城址公園入口」下車10分

◆ 宇都宮市教育センター



『レジリエンス』失敗からの回復力 折れない心の作り方 FAX申込用紙

住所	〒		
ふりがな氏名		年齢	
電話番号			

※日中、連絡の取れる番号をご記入ください。

※お預かりする個人情報は、人材かがやきセンターが実施する事業目的以外には使用いたしません。