

日程	講座タイトル	学習内容	担当講師
4/7	入学ガイダンス・仲間づくり (わたしのトリセツ)	①カレッジで受講するための必要な事柄の確認 ②自己紹介	松尾やよい コーディネーター
4/21	自分自身を振り返ってみよう！ ～自分らしい生き方とは～	自分の歩んできた時間とこれからの時間の 使い方・活かし方を考える	松尾やよい
5/7 (水)	健やかな生活のために 未来予想図	健康維持方法 わたしの人生の棚卸	松尾やよい
5/19	心の健康、身体の健康 ～アンチエイジング～	心と身体のつながりを理解する ストレス管理・リラクゼーション	松尾やよい
6/2	人の話を聞いてみよう ～コミュニケーション力を高める～	コミュニケーション技術（話し方・聞き方・ 伝え方）を学ぶ	松尾やよい
6/16	あたたかい場づくり ～ファシリテーターになろう～	ミーティングを円滑に進行できる人になろう	松尾やよい
7/7	「やってみたいこと」を実現している人 から、そのやりがいを聞いてみよう	個人・団体から10分程度活動紹介 交流・質問タイム	松尾やよい
9/1	仲間をふやす わたしの名刺づくり	名刺づくりでコミュニケーション	松尾やよい
9/16 (火)	「やりたい」をかなえる チラシのコツ	「やりたい」ことをチラシにしてみる	松尾やよい
10/6	チャットGPTを味方につける	さまざまな情報収集の方法を学ぶ	松尾やよい
10/20	「わたしのパウポ」をつくってみよう	自己紹介をパワーポイントで作成してみる	松尾やよい
11/4 (火)	「プレゼン」ってなーに？ 「プレゼン」の仕方を学ぼう	プレゼンの意味、意義、方法を学ぶ	松尾やよい
11/17	わたしたちのブース企画① (アイデア編)	グループ発表を想定しての学習	松尾やよい
12/1	わたしたちのブース企画② (実践編)	グループ発表を想定しての実践	松尾やよい
12/15	ウィズフェスわたしたち企画	ブース利用の方法などを企画、学ぶ	松尾やよい
1/19	お楽しみ企画のための“マイプラン” 作成	今後に向けた“マイプラン”を作成する	松尾やよい コーディネーター
2/2	お楽しみ企画	それぞれの“マイプラン”を発表 互いに「いいね！」と思うところをフィードバック する	松尾やよい コーディネーター
2/9	まとめと今後に向けて	1年間の活動の振り返り これからの活動に向けたアドバイスなど	松尾やよい