人材バンク“魅学”プログラム例記入書

登録者名（団体名）相馬園子（健幸ワールド）

プログラム名	家族も安心、自分も快適！今からできる『思いやり片づけ』（シニア世代向け）		
プログラムのねらい	片づけが苦手なシニア世代に、健康に快適に暮らすため、家族のために 物の整理を始めたくなるようにする事		
講座名・テーマ 学習分野等	学　習　内　容　等 （　具　体　的　に　）	時間数 (分・時間)	備　考 (備品等)
1. 導入	「思いやり片づけ」とは「捨て活との違い」	５分	
2. 片づけの必要性	なぜ、片づけを始める人が増えているのか、 時代背景等	１０分	
3. 体験談シェア	参加者の方達に、自分の片づけについてお話し頂く	１０分	
4. 片づけのﾒﾘｯﾄ	片づけを行うとどのような効果があるかの説明	１０分	
5. 人と物との関係性	私が片づけを行ってきた事例から、片づけが困難になる要因を挙げて、物との向き合い方を考えてもらう	１０分	
6. 捨てられない物の理由を考えよう	捨てる物を考えるのではなく、大切な物の大事な理由を考えていただき、物を仕分ける感覚を覚えてもらう	１０分	各自、参加者の方の大事な物(できれば)
7. 片づけの始め方	片づけを始める時に準備するもの、どこから始めるか	５分	
8. 相談会	個々にご希望があった場合、相談に対応	２０分	
	合計	８０分	