



## STEP 0

# まずは“自分”を見つめてみよう

ライフステージがすすむ中で、環境や身体、気持ちにもさまざまな変化があったはずです。じっくり思い出して、書けるところだけでも書いてみましょう。

### ● これまでの学び

大人としての第一歩。自分はどのような大人になりたかった？

[ ]

▼ ここから下の項目は、学習経験でも、生活の中から気づいたことでもかまいません。それぞれの年代で印象深かったことを思い出して自由に書いてみましょう。

	学んだこと	学びたかったこと	影響を受けたこと
20代			
30代			
40代			
50代			
60代			

### ● 今までの自分の人生をふりかえってまとめてみましょう。

得たもの	得られなかったもの
それを答えたのはなぜ？	それを答えたのはなぜ？

お問い合わせ

進め方に迷ったら、相談してみよう！

学習相談員が、お話を伺いながらご相談にお応えします。  
二次元バーコードまたは、「学び style かながわ」で検索！

