

生きるって、なに？

自分らしく生きて、自分を好きになろう！

“地球人”として生きる秘訣

まわりや家族、仕事を優先して、自分は後回しになっていませんか？
——「生きている」ということは、「自分の全細胞が、毎日、自分自身を応援していること」と世界中で等身大の交流をする、てるこさんは綴ります。「自分をほめて愛して、人生を思いきり楽しむ秘訣」や「人と比べず、自分らしく生きるコツ」をお聞きします♪

参加費
無料

2024

6/1 **土** 午後2:00～4:00
(午後1:40開場)

会場 北とぴあ5階 スペースゆう 多目的室A B

定員 60名 (申込順)

対象 区内在住の方

申込方法 5月8日(水)午前9時より受付開始
電子申請、電話、またはスペースゆう窓口のいずれかの方法でお申し込みください。(裏面参照)



↑電子申請による申込はこちら

保育 定員あり。(1歳以上の未就学児対象。)をご希望の方は、保育申込期限5月15日(水)までにお申し込みください。申込多数の場合は抽選。抽選結果は5月17日(金)以降にお知らせします。※お子様同伴での受講はできません。

手話通訳 手話通訳を希望の方は5月15日(水)までにお申し込みください。FAX 番号またはEメールアドレスを必ずお知らせください。



講師

地球の広報・旅人
エッセイスト

たかの てるこさん

「世界中の人と仲良くなれる！」と信じ、7大陸・74カ国を駆ける。ベストセラー『ガンジス河でバタフライ』は、主演・長澤まさみ × 脚本・宮藤官九郎でドラマ化もされ話題に。毎日新聞、めざましテレビ等でも紹介され、累計22万部の『生きるって、なに？』シリーズ、『ドライ・ラマに恋して』『純情ヨーロッパ』など著書多数。

大学の教え子の悩みから生まれた本、『生きるって、なに？』の上映つきで、旅の経験をもとに、「生きてるだけでめっちゃめっちゃ頑張っている、自分をほめちぎって、愛いっぱい生きよう！」と呼びかける講演は450回超、幅広い世代に支持されている。

申込・問合せ先

スペースゆう (北区男女共同参画活動拠点施設)

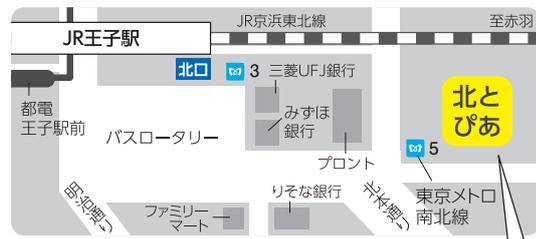
〒114-8503 東京都北区王子1-11-1 北とぴあ5階
[開館時間] 火～土曜 午前9時～午後9時 / 日曜 午前9時～午後5時
[休館日] 月曜・祝日(月曜が祝日の場合はその翌日も休館)5/3,4,6,7,13,20,27

TEL 03-3913-0161 FAX 03-3913-0081

Eメール danjo-c@city.kita.lg.jp



↑講座の詳細はこちら



- JR京浜東北線王子駅北口徒歩2分
- 東京メトロ南北線王子駅5番出口より直結
- 都電荒川線王子駅前より徒歩5分

スペースゆうには北とぴあ6階のスターロードからお越し下さい。