

期末試験、レポート直前のいま、
初夏の夕方、気持ち良いキャンパスで
仲間と一緒に時間を使おう！

【タイムマネジメント・セッション】

大切な「時間」、 自分自身でプロデュースしてみませんか？

「予定していたことが終わらない」、「なんだか毎日忙しい」と感じていませんか？
改めて生活パターン見つめ直すと、自分の生活習慣の意外な気付きや、
うまく活用できていなかった時間が見えてくるかもしれません！

授業の復習をしたいのに、
復習する時間がない！
(参加者の悩み)

日時: 2022年7月6日(水)
5限(16:10~17:50)

忙しいと思ってたけど
隙間時間を有効活用できそう!
(参加者の声)

定員: 先着30名程度 言語: 日本語

講師: 秦喜美恵先生

午前中にレポートを書く予定だったのに、
朝、時間通りに起きれない・・・
(参加者の悩み)

内容: セッション参加前1週間の
生活時間を記録し、時間の
使い方を意識的に見直します

なんとなく過ごしていた時間を
認識することができた!
(参加者の声)

みんなの時間の使い方も知ることができ、
参考になった。時間管理の意識が高まった!
(参加者の声)

【申し込み締め切り】

6月24日(金)12:00まで

【申し込み】

専用フォームより申し込みを行ってください →



【QRコード】

【セッションへ参加する前にすること】

- * 自分の1週間の過ごし方を「生活時間記録シート」へ記録・提出します
- * 当日は、この記録シートをもとにセッションが行われます

【記録期間】6月25日(土)~7月3日(日)のうちの7日間

【お知らせ】

- * 大人気科目「ピアリーダートレーニング入門」の内容の一部を扱います
- * 対面またはオンラインでの参加が可能です

【お問い合わせ】

アカデミック・オフィス / advising@apu.ac.jp

