

ポイント
2

好きなことは何だろう？

子ども時代、青春時代を振り返る



好きなことが
分からなくなっている

「地域デビュー」する際の二つ目のポイントは、自分ほどのような人間で、好きなことは何なのか、見つめ直すことです。「会社員として懸命に40年近く働いていると、自分の好きなことを忘れている場合があります。素直にやりたいことは何なのか考えてみましょう。子どもころや学生時代、自由に過ごしていたころに好きだったことを思い出すのがコツです」好きなことなら、活動する中で問題に突き当たっても、対処法を考えたり、解決策を見つけ

出し、続けていくことができるでしょう。それがやりがいにもつながるはずです。

「やりたいこと名刺」は
効果絶大！

「お勧めなのが、やりたいこと名刺を作ることです（下記）。やりたいことや今やっていることの欄に、何を書こうかと考えることで、自分を見つめ直すきっかけになります。自然に棚卸しができるのです」

例えば、子ども好き。子育て支援のボランティアをしています。車好き。介護タクシーに関心があります。映画好き。手作り映画鑑賞会を開きたいです。などが書けばよいのです。

「書くことが思い浮かばないときは、定年退職しました。ただ今模索中」でも構いません（笑）

常に10枚ほど持っていて、渡したいと思う人に配るようになります。活動するうちにやりたいことや今やっていることが変わってくれば、その都度、作り直せばいいのです。自分がどの

“やりたいこと”名刺の作り方

野鳥保護、里山保全に関心があります

名前は大きく

鈴木 寛

hiroshi@satoyama.xx

知らせてもいい連絡先

手書きでも構わない

「やりたいこと」「関心のあること」「今やっていること」

ように変化していくかを客観的に見るができます。名刺を配るだなんて恥ずかしいと思う人も多いかもしれませんが、その効果は非常に大きいと松本すみ子氏は語ります。「地域活動したい人は、ぜひ名刺を作ってみてください。これがきっかけになって、活動を応援してくれたり、参加してくれたり、情報を与えてくれる人が出てくるからです」