

# 《ファイリング・プロの整理術》

～現在・過去・未来

## 「自分の未来」を読み取る手がかりに！～ 「小野式人生グラフ」作成講座

日時：2022年8月27日（土） \*同日に2回開催

1回目：13:00～14:30

2回目：18:30～20:00

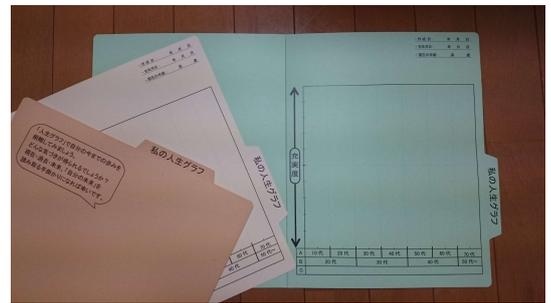
場所：沖縄県男女共同参画センター「ているる」4F研修室3

同日に2回、  
「マイパネル  
作成講座」  
も開催します。  
\*両方参加の方は  
割引あり！

### 📁 「小野式人生グラフ」とは？

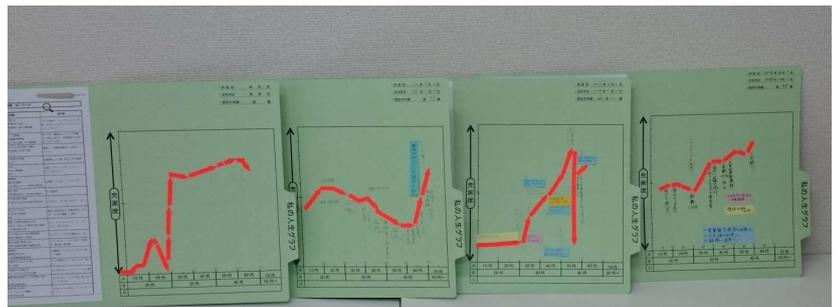
「人生グラフ」は、長年オフィスのファイリング・システムの導入指導に携わってきた小野裕子が、2018年に出版した「整理・整頓が人生を変える・・・」の中で紹介したものです。基本となる「人生年表」を元にして、今まで自分がたどってきた人生を年代ごとに矢印を使ってグラフ化し、今まで自分が気づけなかった自分の人生の「サイクル」「流れ」「転機」・・・といったようなことを一目でわかりやすく「見える化」したものです。出来上がったグラフを俯瞰して、「気づき」⇒「意識する」⇒「行動」へと繋げていけるツールです。幅広い年代の方に対応できるようになっています。終活の前にお勧めです！

### 📁 オリジナルの 人生グラフフォルダー



お土産は、あなたの人生が詰まったオリジナルなフォルダーです！

### 📁 並べてみると人それぞれ・・・！？



### 講師プロフィール



1988年に(株)イトーキ（ファイリング研究室）に入社、同社を2004年に退職し独立。大手企業から個人事務所まで幅広くファイリングをベースにした業務改善を指導。現在はオフィスのファイリングはもとより、家庭用にアレンジした「小野式ライフファイリング」も各地で広めている。ファイリング指導歴30年超。コロナ直前に地元倉敷（岡山）に引っ越し、以降野菜作りにハマっている。訪沖30回。

< 著書 >

「整理・整頓が人生を変える～毎日がイキイキする『ライフファイリング』の方法～」  
「～仕事の効率がみるみる上がる～片づけの教科書」  
「ファイリングの基本&超整理がイチから身につく本」  
「夢をかなえるファイリング」  
「すっきり！仕事習慣デトックス」（共著）

■お問い合わせ、申込先（担当：佐久川まで）  
（電話の場合） 080-4734-2354

（メールの場合） [sakupc0180@gmail.com](mailto:sakupc0180@gmail.com)

■参加費

3,500円（税・教材費等含）※当日会場で

■持参品

筆記用具（鉛筆・消しゴム・ボールペン）

ファイリング・コンサルタント

小野裕子  
（おのひろこ）