

～受験勉強に役立つ～

# 「中高生向け手帳の使い方」

アプリで時間管理ができる時代になったとはいえ、アナログ手帳を使いこなすことで時間をコントロールできる技術が身につきます。

受験勉強だけではなく、未来につながる手帳術をお伝えします。

**日時**

令和2年 11月22日(日)

10時30分～12時00分

**会場**

ホルトホール大分2F セミナールームS  
(大分市金池南1-5-1)

**定員**

5組10名程度

**参加  
無料**

## 講座内容の一例

- ・自由に使える時間は？
- ・予定時間とエンドを決める
- ・計画する時間を計画する
- ・時間をブロックする
- ・野球型からサッカー型へ
- ・タスクの種類を理解する
- ・スキマを探せ
- ・習慣化のポイント ... e t c



**参加申込書**

**FAX:097(574)4614**

※切り離さずそのままFAX送信してください

氏名(保護者氏名)	( )
電話番号	
メールアドレス	

ご記入いただいた個人情報は、本セミナー以外に利用致しません。

社会保険労務士 篠原事務所

TEL:097(574)4604

大分市下郡1602-1 大分県保険医会館2階

メール:info@happy-spiral.jp

HP:https://happy-spiral.jp/