

# 「自分史講座」アンケート集計表

回答7人 (受講者13人)

## 1. あなたについて教えてください。

○性別	ア. 男性	3人	イ. 女性	4名	
○年齢	ア. 60代	2人	イ. 70代	4名	ウ. 80代 1名

## 2. 受講するきっかけは何ですか。

- ・脳活できると願って
- ・自分の過ぎた思いを書き残してみたい
- ・コミセンだよりを見て
- ・自分の半生を振り返るため
- ・興味があったから
- ・昨年に続き書き残した事があるので

## 3. 開催日時の設定はどうでしたか。

ア. 良かった	5人	イ. 7月・11月頃
---------	----	------------

## 4. 内容はどうでしたか。

ア. 良かった	4人	
イ. 少し難しかった	1人	
ウ. 難しかった	0人	(回答5名)

## 5. 感想、ご要望等あれば何でもお書き下さい。

- ・最初どのように書いたら良いのか筆が動かなかったが「時系列を作成し、その中からテーマを選んで書くといいですよ」と指導がありその通りでした。自分史はその時の雰囲気や頭の中で再生され、心も安らぎ自分を磨くよい状況だと思いました。
- ・人生・・・生きて行く意味が少し分かりかけてきたような気がします。
- ・今後も続けたいと思う。大変勉強になります。
- ・私の思い描いていたものと少し違っていたようです。資料をもとに、自分なりにまとめてみたいと思っております。お世話になり、ありがとうございました。
- ・自分史は自分だけのもの、人には見せるものではないと思っていました。終活のひとつとしてその方法論を学ぶために参加しました。人の歴史は膨大な日時と内容です。いただいた資料にもとづいて列記していると、感情につまづいてダメでした。やはり原点はテーマが決まり第3回目からいっきに書き上げました。初回の挨拶に自分史は父母への感謝のためかなとの結果で終わりメデタシ！メデタシ！