ライフスキルについての小話会

日程：令和５年１１月９日（木）
時間：１６時３０分から１７時００分

講師：学生相談センター　山﨑　暁　先生
場所：共通教育第１講義棟南校舎４階　402 番演習室
受講料：無料

内容：
　ライフスキルとは日常生活をよりよくするための技術や技能のことをいいます。大学生活では、起床等の生活リズムを整えることや課題の締め切りに間に合わせること、複数の課題を抱えた場合の優先順位を付けること等が大切になります。これらの工夫について簡単に説明します。

申し込み方法・期限
　１１月２日（木）までに、以下のいずれかの方法でお申し込みください。
　①E-Mail でのお申込み：nandemo@shinshu-u.ac.jp
　　※氏名、学籍番号、所属学部を記載してください。
　②学生相談センター窓口でのお申込み

【主催】信州大学　学生相談センター（共通教育第一講義棟南校舎１階）
【お問い合わせ】信州大学　学生相談センター（担当：山﨑・漆脇）
TEL：0263−37−3165111　E-mail：nandemo@shinshu-u.ac.jp

切り取り線

ライフスキルについての小話会　申し込み用紙

氏名〔　　〕　学籍番号〔　　〕　所属学部〔　　〕