



やりたいことを見つけたい、一歩ふみだしたいあなたへ...  
キラキラ、ワクワクの毎日が待っています。  
ドリームマップでやりたい自分に!

# ドリームマップ 1Day講座



- Q: ドリームマップって何?  
A: 直訳すると「夢への地図」。夢や目標を明確に描き、実現に向けて行動したい! という心のスイッチをオンにする目標達成ツールです。
- Q: 何をしたいのかわからないし、夢なんて持っていないんですけれど...  
A: ワークのなかで自分の潜在的な夢を見つけしていきます。驚くような自分発見の連続です!
- Q: 頑張ってもうまくいかないし、夢なんてかなうわけがない。  
A: 「夢をかなえるワン・ツー・スリーの法則」を知ることによって目標達成の仕組みを理解し、パワーが手に入ります。
- Q: むずかしい講義は苦手だな。  
A: 小学生からシニアの方まで楽しめる内容です。むずかしいお話はありません。進行役のサポートで、ワークをしながらドリームマップを作ります。
- Q: ドリームマップを作ると何かいいことあるのかな?  
A: 自分、まわりの人、社会みんながHappyな夢を描くことが大切だとドリームマップは考えて、夢を「4つの視点」で描きます。ですから夢がかなった時みんながHappyになっているのです。家族や仲間と夢をわかちあいましょう!

## 受講者の声

初めてドリームマップを作  
ってから約10ヶ月、半分以上の夢  
が叶ってしまいました!! ドリームマ  
ップって、本当に魔法のツールです。皆  
さんもぜひ一緒にドリームマップを  
夢を叶えちゃって下さい!  
40代男性

講師のやさやかな雰囲気  
楽しく絵のうまい絵に描く  
ことができました。ドリームマップ  
で行動しやすくなりました。活用  
法としては、手帳に貼った  
持ち寄り画面にする、手帳に  
貼った、常に目に見えるよう  
にしています。#30代女性

ワーク中で本当にやりたい  
自分が見えてきて、いよいよ  
自分なりました。すごく楽し  
い気分になりました。やっぱり、  
自分の夢だから、描くのがこ  
んなにも楽しいのかと思いました。  
20代女性

**10月19日(日) 10:00~17:00 (受付9:40~)**

※ワークショップは1日で終了します。ご都合の良い日にお選び下さい。

☆会場: **せんだいメディアテーク2階会議室**

☆参加費: **10,000円(再受講は3,000円)**

あなたもドリマ先生の仲間になりませんか? 受講生募集中!

9月末に石巻で若者へ向けたキャリアデザイン・ドリームマップ講座が、また12月に仙台市内初の小学校ドリマが開催されるなど、宮城でもドリームマップの活動が始まりました。でも、ドリマ先生がまだまだ足りません。そこで「復興を担って行く子どもたちへ、希望を紡ぐ特別なドリームマップ授業を!」東北のドリマ先生100名計画のもと、認定ドリマ先生養成講座が仙台で開催されることになりました!(10月24~26日開催予定) お問い合わせは070-5320-4949まで!



お申し込み  
お問い合わせ

TEL 070-5320-4949 (渡辺) / [dreammap.miyagi@gmail.com](mailto:dreammap.miyagi@gmail.com)

<https://www.facebook.com/dreammap.miyagi> (PCでお問合せフォームよりお申し込みができます)

主催: ドリームマップ☆みやぎ ICP認定コーチ・ドリマ先生