

# 消極的な自分から挑戦する自分へ

生命健康科学部 理学療法学科 3年

## 〈過去の自分〉

- 他人の顔をうかがってばかり
- 周りの目を気にしすぎている
- 今まで「積極的に活動をする」ということがなかった

脱却したい！



## 学ぶ

- ・ 地域関連の授業
  - ・ グループワーク
- 自主性、コミュニケーション力↑

## 動く

- ・ KCG（地域の健康増進活動）
- 人前でしゃべること  
コミュニケーション  
高齢者との関わり方



何度も失敗することがあったが  
自分の中で試行錯誤した！



## 〈学ぶ・動くの活動を通して〉

- 周りの友達、仲間、先輩と協力して目的を達成すること
- 自主性↑、積極的に活動に参加すること、意見を言うこと
- 人前で話すこと

## 〈今後の自分〉

学ぶ・動くで身につけたことをさらに高め、地域に貢献できる、誰からにでも、頼られる人材になる！

過去の自分と比べてできるようになった！