

# タイム・マネジメント・プロジェクト

## T M P



カレンダーやスケジュール帳はあるけれど、自分ひとりではダラダラ過ごしてしまう、そもそもスケジュール帳の使い方が分からない、いつも期限に間に合わない、  
**でも本気で何とかしたい**と思っているあなた！  
タイム・マネジメント・プロジェクト（TMP）にエントリーしてみませんか？

### プロジェクト概要

- プロジェクト期間 10月11日（金）～12月20日（金）  
（週1回のチェック+期間中3回のセミナー）
- サポーター 青野 透（大学教育開発・支援センター 教授）  
濱田 里羽（大学教育開発・支援センター 特任助教・臨床心理士）
- 最初にスケジュール表の使い方を説明します
- 計画通り過ごすことができたか、毎週サポーターと確認します
- 最後までやりぬいた人にはファイナルセミナーにて、青野先生よりクリスマスプレゼント！

## 10月4日（金）

「タイム・マネジメント・自己診断テスト」  
やります！

12：10～12：40 ランチオンセミナーにて  
説明会を行います。参加の有無に関わらず  
関心のある学生は聞きに来てください。

場所：総合教育講義棟 A1 教室

