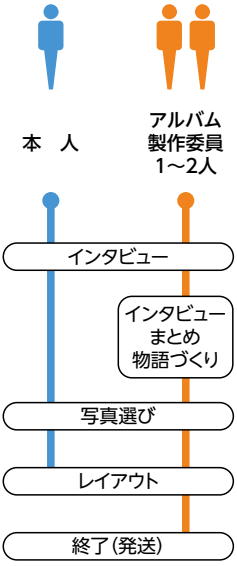
写真自分史
定年退職記念アルバム

PLAN・DO・CHECK・ACT

等身大の自分と出逢う旅へようこそ

自分史、企業史はまさに自分自身の知恵の宝庫です。過去の生活・活動の中に自身の問題意識、知恵といった内容が豊富に存在しています。日常は無意識の中に眠っていますが、刺激を与えることでいくらでも引き出せ、それを自覚し編集することでこれからのライフビジョンの骨格を創り、過去の生活の蓄積という財産を将来に向けて活用することができます。

編集の過程では自分の力だけで生きてきたと思っていた自分が、予想外に多くの人に支えられてきたことに気付き、その大きさに驚き「縁」「恩」に感謝し、周囲の人々へ貢献しようという気持ちが沸き起こり働き甲斐、生き甲斐が見えてきます。



PLAN • DO • CHECK • ACT

生まれてから今日までのお写真全部と記念のアルバムなどを準備します。
写真の選定と掲載する物語づくりを「定年退職記念アルバム」では本人と後輩、「自分史」では夫婦、親子、兄弟、気の置けない親しい友人などと二人一チームの「アルバム製作委員」で作り上げていきます。
初回はセミナーを開催し、２回目以降は製作チームでお作りになる事をおすすめします。
セミナーのお問い合わせ、制作キットの請求はお電話にて貴社名、担当者お名前、御住所、お電話番号、ファックス番号をご連絡ください。

［お問い合わせ先］
025−271−2600（株式会社博進堂本社）

①「アルバム製作委員」が本人にインタビューを行い、インタビューに基づいて「物語」をまとめます。

②「アルバム製作委員」とともに「物語」のストーリーを構成する写真を整理し、選びます。

③ 整理した原稿と写真をレイアウトシートに展開します。

④ マニュアルの終了手順に沿って必要事項の記入を済ませ、宅配便で博進堂へ送ります。原稿発送と同時に代金の振り込みを行います。振り込みが確認でき次第製作いたします。

インタビュー

制作キットのインタビューシートには以下の項目が準備されています。

- 生い立ち
- 学校生活
- 青春時代・就職
- 家庭生活
- 勤め先との出会い
- 勤務中の出来事
- 人生を振り返って

またさらに、それぞれの項目に具体的なきっかけづくりの導入設問が設けてあります。

インタビュアーからの問いかけで忘れている記憶が一旦引き出されると、どんどん記憶が蘇り現在の自分に影響を与えた事柄が思い出されることとなります。

インタビューまとめ、物語づくり

インタビューを終えたらキーワードにアンダーラインを引き、ひとつの物語を所定の原稿用紙で２００文字にまとめます。手書き原稿、PCでのテキスト入力のどちらでも可能です。
インタビューを行って心に響いた部分に絞り込んで書きましょう。

02

写真選び

用意した写真を大雑把で良いので時系列にならべます。
レイアウトシートを見ながら、頁タイトル・場面に沿って写真の山を作ります。
物語に似合う写真をピックアップしていきます。はじめのうちは掲載しない写真を選びますが繰り返し行い絞れなくなった時点から選択方法を切換え、お気に入りを選ぶようにします。
画像データの場合はコンタクトシートをご用意ください。

最終的に、見開き８点の写真で構成できるようにします。

写真を見ながら思い出話、四方山話に花が咲くことでしょう。

レイアウト

選んだ写真のコピーをとり、コピーをはさみで切り離します。
画像データの場合はコンタクトシートを使い、同じように作業します。

写真の配置はレイアウトシートにそって時間の経過を追って左上から
右下に流れるように写真を配置する事をおすすめします。
気に入った位置に、剥がれないようにノリで貼ってください。

これで仕上がりがイメージできるレイアウトシートの完成です。

04

物　語

写　真

レイアウト

発注シート

まとめて発送

デジタルデータでの送稿も可能です

終了～発送

発注シートの必要事項に記入を済ませ、制作キット添付の輸送パッケージに素材とともに株式会社博進堂にお送りください。
また素材発送とともに代金の振り込みをお願いいたします。

素材が到着いたしましたら到着確認のお電話を差し上げます。

途中の校正にかかる時間を除き約３週間でお届けいたします。
御覧になられて仕上がりの良さに満足なされ、追加の発注がご希望の際は追加発注シートをご用意しておりますので、ぜひご利用ください。

価格表（税込）

写真自分史

A4サイズ 14ページ ／ 1泊2日出張セミナー			
本体	1冊		¥ 49,500−
	2冊目から 追加1冊につき		¥ 7,150−
セミナー	2組まで	講師1名	¥ 100,000−
	3〜5組まで	講師1名	¥ 100,000−
		補助1名	¥ 50,000−

※講師の交通費、宿泊費は含みません

定年退職記念アルバム

A4サイズ 16ページ ／ 1泊2日出張セミナー			
本体	2冊1組		¥ 63,800−
	3冊目から 追加1冊につき		¥ 7,150−
セミナー	2組まで	講師1名	¥ 100,000−
	3〜5組まで	講師1名	¥ 100,000−
		補助1名	¥ 50,000−

※講師の交通費、宿泊費は含みません

【引用参考文献】
根本孝、中嶋哲夫（著）
「岐路に立ったら読むライフマネジメント」
中央経済社　1995年

個性を刷る 博進堂

株式会社博進堂
https://www.hakushindo.jp

Art Factory & Printing Art.
School Album Produce.
Communication Design.

本　社 〒950-0807 新潟市東区木工新町378-2　　TEL.025-271-2600　FAX.025-271-8421

©博進堂 2025 <本誌掲載事項の無断複写（コピー）・複製・転載を禁じます>

2025.9