

平成 24 年度

一歩セミナーシリーズ

女性が自分らしい生き方を自分自身で選びとるための学びの講座です。

いこーらむ



一時保育あり

- 一歩セミナーでは各ライフステージで女性が直面すること等にテーマを定めて学びます。
シリーズ④ 仕事・家事・育児、毎日を頑張る女性へ

場所

東大阪市立男女共同参画センター
いこーらむ 第1・2研修室

対象
定員

市内在住・在勤・在学の女性
20名

日時	テーマ/講師
1月19日(土) 午後2時~4時	「私流・ライフスタイルを作ろう」 無理をせず生き生きと暮らすため、自分にあったライフスタイルを考えましょう。 講師： <small>むらさわ ゆうこ</small> 村沢 祐子さん (キャリアコンサルティング技能士・精神保健福祉士・産業カウンセラー) <p>天理市男女共同参画課の専門職(講座の企画運営・啓発情報誌編集発行を担当)を経て、奈良県女性センター働く女性支援アドバイザー、雇用能力開発機構京都センター雇用管理アドバイザー、国立大学法人奈良教育大学 就職支援相談員等に就任。 現在は、キャリアコンサルタントとして、高校・専門学校・大学、企業、行政でキャリア形成関連、人材育成などの研修を実施。また、精神保健福祉士として心療内科クリニックで復職支援コンサルタントに従事。</p>
1月26日(土) 午後2時~4時	「自分のココロと上手に付き合う」 毎日を忙しく過ごしていると心の不調は見逃しがちです。普段からのメンタルケアを心がけましょう。 講師： <small>いのうえ やすよ</small> 井上 泰世さん (プロフェッショナル・コーチ、シニア産業カウンセラー) <p>神戸大学経営学部卒業。 サントリー(株)にてワインセールス、生活文化研究、お客様対応部門などを経て、人材育成、能力開発の仕事に本格的に取り組むため、2002年にサントリーを退職。 現在は、個人を対象としたパーソナル・コーチング、カウンセリングを行うほか、研修・セミナー講師としても幅広く活動中。 ホームページ『コーチングで自己実現!』 http://www.naturality.org/</p>

参加費

無料

申込
締切

1月12日(土) 必着

*保育の申込は各講座開催日の1週間前までに要予約

主催：東大阪市

企画・運営：一般財団法人大阪府男女共同参画推進財団

平成 24 年度 一歩セミナーシリーズ

④仕事・家事・育児、毎日を頑張る女性へ

- 日 時：平成 25 年 1 月 19 日（土）午後 2 時～ 4 時
1 月 26 日（土）午後 2 時～ 4 時
- 会 場：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム
第 1・第 2 研修室
- 対象・定員：東大阪市在住・在勤・在学の女性 20 名
- 参加費：無料
- 一時保育：1 歳半～就学前幼児 定員 10 名、ひとり 200 円
(申込先着順・各講座の 1 週間前までに要予約)
- 申込方法：電話またはイコーラムの窓口（申込時間は休館日
を除く午前 9 時～午後 9 時 30 分、日・祝日は午後
6 時まで）またはハガキ、FAX、メールに、住所
氏名・電話番号・FAX 番号・年代・参加動機・保
育の有無（保育希望の子どもの氏名・生年月日）を
ご記入の上、下記までお申込みください。
- 申込締切：平成 25 年 1 月 12 日（土）必着
※申込多数の場合は抽選

★ お申し込み・お問い合わせ ★

〒578-0941 東大阪市岩田町 4-3-22-600
東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム

Tel 072-960-9201
Fax 072-960-9207

E-mail ikoramu@nifty.com
URL <http://www.ikoramu.com>



【一歩セミナー】

FAX 申込フォーム

東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム 宛

ふりがな			職 業	
氏 名			年 代	歳代
住 所				
電話番号	(勤務先・自宅・携帯)	F A X	(勤務先・自宅)	
E-mail	(勤務先・自宅・携帯)			
参加動機				
一時保育 希 望	有 ・ 無	(ふりがな) ----- (お子様のお名前)	生年月日	年 月 日

★お申込みにあたってお預かりする個人情報は、本事業以外の目的で使用することはありません。

FAX 072-960-9207