

働き女子のごほうびセミナー

～これからも働き続けたい人が

+1

知っておくべき4つのこと～

参加
無料

託見
つき

女性が働き続けることは、けっこう大変。
悩みながらもがんばる働き女子が元気になれるごほうびセミナーです。

- 会場 福島県男女共生センター（二本松市郭内）
- 対象 働いている（これから働きたい）女性
- 定員 15名（4回全てに参加することをおすすめします。1回ごとのお申込みもできます。申込先着順）

1

相手も自分も尊重しながら、自分の思
いをうまく伝えるコツを学びます。

自己主張（アサーティブ） トレーニング

7/2（土） 10:30～12:30

講師 藤平裕子さん

（ウイメンズハウスとちぎ、フェミニストカウンセラー）

2

女性が働き続けるために、上手に活用
できる法律や制度について学びます。

安心して働くために！ これだけは知っておきたい 女性のための労働法基礎

7/16（土） 10:30～12:30

講師 八巻裕香さん

（特定社会保険労務士）

協力：女性就業支援全国展開事業

3

あなたの強みは何ですか？
自分を客観的に捉えてこれからのキャ
リアに活かしましょう。

自己分析 ～まずは自分を知ることから

8/27（土） 10:30～12:30

講師 星野雅子さん

（女性労働協会認定講師、日本サービスマナー協会講師）

4

管理職なんて無理！でも今のまま働き続け
るのも不安、、、というあなたの「管理職って
どうなの？」という疑問にお答えします。

私が 管理職になった理由（ワケ）

9/24（土） 10:30～12:30

講師 千葉悦子館長

（福島県男女共生センター館長、福島大学副学長）

+1 今日からできる!!冬の冷え対策 食育セミナー 10月開催決定！

冷えとむくみに効く食材をつかったレシピ満載！試食もあります。



主催 福島県男女共生センター

※お申込みは裏面をごらんください。