

ハートリンクおおがき オープン1周年記念事業
〈女性の活躍応援講座〉

自分らしい 生き方・働き方をみつけよう

わたしらしい生き方・働き方
～自分の未来は自分で描く～

「第二の人生を踏み出すシニア世代」「社会に今一度出て活躍したい子育て世代」「家庭と仕事の両立を目指す働く女性の皆さん」に、「自分らしい生き方・働き方」について考えてもらう講座です。講座を通して自分自身を見直し、もっともっと自分らしさを見つけてみましょう!

講座1

講師 沖藤 典子 氏
ノンフィクション作家



「上手なトシの重ね方」

～元気よく働く 機嫌よく生きる～

日時 平成30年11月1日(木) 13:30～15:30

申し込み締切:10月25日(木)

講座2

講師 青木 文子 氏
司法書士
ワールドカフェファシリテーター



「あたらしい一歩を」

～働き方と生き方を選ぼう～

日時 平成30年11月7日(水) 10:00～12:00

申し込み締切:10月31日(水)

講座3

講師 菅田 芳恵 氏
グッドライフ設計塾代表・社会保険労務士



「見直そう!時間の使い方」

～充実した人生のために～

日時 平成30年12月1日(土) 10:00～12:00

申し込み締切:11月24日(土)

会場

ハートリンクおおがき 研修室

(大垣市スイトピアセンター学習館1階)
〒503-0911 大垣市室本町5丁目51番地

対象
定員

大垣市在住・在勤の女性
大垣市内で就労を検討する女性

各回30人 先着順 定員になり次第締め切ります。

参加費
無料

無料
託児付き

※但し事前申し込みが必要となります。
詳細は裏面をご覧ください

「ハートリンクおおがきスタンプカード」ボーナスポイント発行事業

※スタンプをためると特典があります。

主催 大垣市

〒503-0911 大垣市室本町5丁目51番地
大垣市スイトピアセンター 学習館1F 「ハートリンクおおがき」内 男女共同参画推進室

講座
1

【テーマ】「上手なトシの重ね方」
～元氣よく働く 機嫌よく生きる～
【日 時】平成30年11月1日(木)
13:30～15:30



〈講座1〉講師
沖藤 典子 氏
(おきふじのりこ)
ノンフィクション作家

プロフィール

1938年北海道生まれ。
大学卒業後、(株)日本リサーチセンター調査研究部入社・食品、衣料品、生活意識調査、大学非常勤講師などを経て、1979年、女性の社会進出をテーマに書いた『女が職場を去る日』(新潮社)を出版し、執筆活動に入る。以後、女性の生き方や家族の問題、シニア世代の研究、介護問題などに深い関心を寄せ、旺盛な執筆、市民活動を続けている。

働く事(社会に参加すること)で知る、「人・経済力・健康のありがたさ」。あなたは今まで何に参加してきましたか? 「参加」は人の社会的健康と心理的幸せをもたらす、「社会的なつながり」は役割や主体性、居場所を持つことを促進します。老後の大敵は、退屈と孤独。さあ、人生の後半を元気に機嫌よく生きるコツを学びましょう!

講座
2

【テーマ】「あたらしい一歩を」
～働き方と生き方を選ぼう～
【日 時】平成30年11月7日(水)
10:00～12:00



〈講座2〉講師
青木 文子 氏
(あおき あやこ)
司法書士ワールドカフェファシリテーター

プロフィール

各務原市在住。早稲田大学人間科学部卒業。民俗学が専門。大学卒業後、文具メーカー企画営業。その後、専業主婦に。次男出産を機に司法書士試験の勉強を開始。2008年司法書士試験合格。その後、司法書士事務所開業。「教える・伝える専門家」としてリフレクソロジーのスタッフ教育を皮切りに行政機関での研修、市民フォーラムでの講演活動。そして一部上場企業から教育機関までのべ4000人に教える。

職場復帰や再就職のタイミングは人生を考えるタイミングです。これからどんな働き方をしようか。これからどんな生き方を選ぼうか。自分の周りの環境や自分の気持ちに向き合うと、時に不安になったり、道が見えない気持ちになったりします。でも、どんな人でも自分の働き方、生き方を選ぶことができます。そんな一歩の踏み出し方。一緒に考えてみませんか?

講座
3

【テーマ】「見直そう!時間の使い方」
～充実した人生のために～
【日 時】平成30年12月1日(土)
10:00～12:00



〈講座3〉講師
菅田 芳恵 氏
(すがた よしえ)
グッドライフ設計代表・社会保険労務士

プロフィール

愛知大学法学部経済学部経済学科卒業。証券会社、銀行、生命保険会社、コンサルタント会社に勤務。49歳から2年間で7つの資格を取得して、独立開業。その後更に知識を増やすため、いくつかの資格を取得。現在は年間100回以上の講演会講師を務め、さらに執筆やコンサルティングを行っている。得意分野は、ワーク・ライフ・バランスの推進、ハラスメントとメンタルヘルス対策等。女性の理想の実現と問題解決のパートナー「グッドライフ設計塾」の代表。

毎日の仕事や家事で「もっと効率を上げて、無駄な時間をなくしたい。」と思っている人は多いはず。貴重な時間をどう管理すれば有効に使えるでしょうか。効率的な時間の使い方とどんな効果生まれるでしょうか。充実した人生のために時間の使い方を見直してみましょう。豊富な専門知識をいかし、様々な切り口で事例を入れながらお話をします。

申し込み方法

下記申し込み票をハートリンクおおがき(男女共同参画推進室)へ郵送、持参、ファックスにて。またはインターネットによるお申し込みは、大垣市ホームページ/トップページ/申込・アンケート/「女性の活躍応援講座申し込み」より、必要事項を入力の上お申し込み下さい。

郵送・持参

〒503-0911 大垣市室本町5丁目51番地 大垣市サイトピアセンター 学習館1F
「ハートリンクおおがき」内 男女共同参画推進室

FAX

0584-47-8838

キリトリ線

氏(フリガナ)											
名											
ご住所	<input type="checkbox"/> 自宅	〒()	<input type="checkbox"/> お勤め先								
TEL	()	-	Eメール または FAX	()	-						
講座申込	※希望の講座・託児の欄に○をつけて下さい。										
	【講座1】11月1日(木) 「上手なトシの重ね方」	講座	託児	【講座2】11月7日(水) 「あたらしい一歩を」	講座	託児	【講座3】12月1日(土) 「見直そう!時間の使い方」	講座	託児		
		○	○		○	○		○	○		
託児氏名	(フリガナ)	年	月	日生	<input type="checkbox"/> 男	託児氏名	(フリガナ)	年	月	日生	<input type="checkbox"/> 男
		(歳	ヵ月)		<input type="checkbox"/> 女			(歳	ヵ月)		<input type="checkbox"/> 女

※申し込み後、参加票などの送付は致しません。当日直接会場にお越し下さい。 ※託児をご利用の方には、講座の1週間前を目途に託児についてのご案内をご案内致します。 ※いただきました個人情報、本講座の他、大垣市男女共同参画推進室主催事業のご案内以外に使用することはございません。

お問い合わせ先

大垣市役所 男女共同参画推進室
サイトピアセンター学習館1階「ハートリンクおおがき」内

☎0584-47-8549

【男女共同参画に関するメール配信サービス】 男女共同参画に関する講座やイベント等の情報を随時配信しています。QRコードまたは「t-ogaki@sg-m.jp」に空メールを送信して登録してください。

