

私らしく働く

無料託児
付き

キャリアデザインのヒント

時間に追われる毎日。

少しだけ、自分のための時間を作りませんか？

カフェのようにおしゃべりしながら、

暮らしや働き方に役立つ知識を学びましょう。

これからの人生設計（ライフプラン）を

考えるヒントが見つかるかも！



6/18~7/16

10時~12時 毎週水曜日全5回

日時	テーマ	講師
6/18（水）	年収の壁ってなあに？ ～家庭と両立させる上手な働き方とは～	ファイナンシャルプランナー 村瀬 順子さん
6/25（水）	『子育てはキャリアの中断？』 ～家事育児のスキルを戦力に～	キャリアコンサルタント 小田 紫織さん
7/2（水）	自律神経を整えるヨガ ※動きやすい服装・お持ちの方はヨガマットを ご持参ください	ヨガインストラクター 柳田 加菜子さん
7/9（水）	稲藁と毛糸で作る卓上ほうきワークショップ ※材料費600円が必要です	編織 amunau 豊栄町地域おこし協力隊員OG 陣内 綾さん
7/16（水）	知ろう！わたしの価値観、 はぐくもう！夫婦・家族の育児の協働	広島国際大学健康科学部准教授 梅田 弘子さん

会場：市民文化センター2階（サンスクエア東広島）研修室

対象：育休中または「いつかは働きたい」と考えている人等

定員：各回15人程度（先着）全回参加できる人大歓迎

参加費：600円（材料費※7/9参加の場合のみ必要）

申込方法：WEBでお申し込みください。

申込締切：各開催日の1週間前まで

お申込み時にいただきました個人情報、講座の運営のみに使用します。

災害等により、中止・内容変更になる場合がございます。



<問合せ先>

東広島市生活環境部 人権男女共同参画課（担当：河内）

電話：082-420-0927 E-mail：hgh200927@city.higashihiroshima.lg.jp

お申し込みは
コチラ→

