



第1回

(全3回開催)

もっと輝く女性塾

受講無料

働く女性たちに講習と交流会を開催し、多世代間で交流することで価値観の違いを理解したり共有したり、ワークライフバランスについて話し合うことでいろいろな働き方を知るとともに自分らしく輝ける生き方を考えることができます。

仕事も家事も
両立する工夫って
大事だよ

今後のキャリアも
しっかり
考えたいわ

みんなこんな時
どうしてるの？

【開催日時】

平成30年7月14日(土)

13:30~16:00

(13:15受付開始)

【対象者】年齢不問。

①~④のいずれかに該当する方

- ①弘前市在住のひとり親
- ②弘前市内で在職中の方
- ③弘前市内に就職希望の方
- ④輝きたい女性

【開催場所】

ヒロロ 3階 多世代交流室2

無料託児あり！

受講時間中、ご希望の方は、ヒロロ3F託児室をご利用できます。
※受講者1名につき、0歳から就学前のお子様1名まで託児利用無料。



つい
子供も
怒り
すぎて。。

【内容】

第1部 (13:40~15:10)

アソグママネジメント講習

テーマ「職場やおうちでの正しい怒り方について考えよう」

第2部 (15:20~15:50)

あるある女子交流会

テーマ「ワークライフバランスについて」

～イキイキと働くため世代を超えた女性たちの交流会～

パネラー

中谷 紗矢佳 (おおもり若者サポートステーション)

引間 由実子 (ジョブカフェおおもり)

野宮 真美 (株式会社I・M・S)



ケーキ付き



アソグママネジメント講師

津島 弘美氏

【プロフィール】

青森県五所川原市在住。

子育て相談の他、家庭裁判所、社会福祉協議会、青年会議所、小中学校、保育園、子育て支援センターなどで心の通い合う親子関係を築くための講演、講座を行う。子育て支援団体設立のほか、子どもへの暴力防止活動、子どもを虐待してしまう母親、子どもの問題行動に悩む親のカウンセリングなどを行う。

現在、青森県更生保護協会評議員。

「アソグママネジメント青森」主宰

「青森笑いヨガ研究所」主宰

「キラキラ女性塾」代表

★第2部ではケーキを食べながら交流会♪

★参加者にハンドマッサージプレゼント！



●ハンドマッサージ●16:00から1人5分ずつ実施。

当日会場にて予約承ります。

申込み多数の場合は、後日アートホテル弘前シティ2Fのnailishでの対応となります。

● お問合せ先 ●

キャリアアップ支援センター

マミースマイル(株式会社I・M・S)

〒036-8182 弘前市土手町134-8

担当: 三上・工藤

電話/FAX: 0172-32-5801

E-MAIL: i.m.s@tea.ocn.ne.jp

マザーフィールドとは、弘前商工会議所会員の有志により設立され、弘前市内のひとり親家庭の子育てと仕事の両立を支援している団体です。

この事業はNPO法人マザーフィールドから委託を受け、株式会社I・M・Sが運営しています。

後援: 弘前商工会議所、弘前市母子寡婦福祉会、ひろさきキャリア形成支援協会