



# 出張！ 女性のための 働き方セミナー

子どもがいて働き始めたら、どんな風に時間を使えばいい？  
働くママの毎日ってどんな感じ…？  
子育てをしながら再就業をめざすママにぴったりのセミナーです。  
先輩ワーキングマザーの講師からのアドバイスや、参加者同士  
で悩みを共有しながら、時間管理のコツを学びませんか？

平成27年

## 1/19 (月)



### 10:30~12:00

## 働く女性の時間管理術

☆家事・育児と仕事、どうやったら上手に両立できる？

☆働き始めたいけれど、不安がいっぱい…

【場 所】小野市うるおい交流館エクラ 中会議室  
【定 員】8名 (先着順)  
【申込方法】窓口・電話・FAXにてお申込みください。  
【託 児】無料 (要予約・定員あり・1歳~小学3年生まで)  
【申込締切】1月12日 (月)

少人数のグループで、おしゃべりをしながらの  
セミナーです♪

**講師: 瀧井 智美さん**

(ワークライフバランスコンサルタント)

営業事務、パソコンインストラクターを経て、  
キャリア開発・組織活性化・人材育成を支援する  
「Office ICB」を設立。プライベートでは夫と娘  
(16歳・11歳・8歳)との5人暮らし。自身でも  
ワークライフバランスを大切にしたい働き方を実践中。

主催：小野市男女共同参画センター・兵庫県立男女共同参画センター

〒675-1366  
小野市中島町72番地 小野市うるおい交流館エクラ  
小野市男女共同参画センター  
(特定非営利活動法人 北播磨市民活動支援センター内)  
TEL: 0794-62-6765  
FAX: 0794-62-2400

キリトリ (FAX送信の際は切り取らずにお送りください。)

### 1/19「出張！女性のための働き方セミナー」申込書

|   |    |            |
|---|----|------------|
| ふりがな<br>氏名                                | 年齢 | TEL<br>FAX |
| 住所 〒 -                                    |    |            |
| いま気になっていること・当日聞いてみたいこと (簡単で結構ですのご記入ください。) |    |            |
| 託児希望 [ 有 ・ 無 ]                            |    |            |
| ふりがな<br>名前                                | 年齢 | ふりがな<br>名前 |
| 歳   | ヶ月 | 年齢         |
| 歳   | ヶ月 | 歳          |
| ヶ月  |    | ヶ月         |