

働きやすい環境を 私を作る！

～働く女性のためのチャレンジ塾～

	日時	テーマ・内容	講師
第1回 第1部	9/2 (土) 13:00～ 14:30	生理を快適 に過ごしたい！ ・フェムケア・フェムテックって？ ・付箋を使ったグループワークで快適職場を考えよう ・女性の健康問題について	宮森弘美氏 株式会社メル 代表取締役 終末期看護、災害看護を主とする看護師経験25年。東日本大震災の災害支援ナースとしての活動がきっかけで心理学の道へ進む。 2017年メンタルヘルスクアを強みとした健康経営支援事業株式会社メルを設立。
第1回 第2部	9/2 (土) 14:30～ 16:00	より 良い環境作り は 自己開示 から！ ・自己開示が上手な人の共通点って？ ・自己紹介で自己開示のトレーニングを試みよう	中村清美氏 株式会社ハートデザイン 代表取締役 民間企業に勤務し、総務・社員研修・社長秘書を経験。 1995年税理士事務所にて、医療機関や企業向けに接遇トレーニングを実施。 2005年株式会社ハートデザインを設立。 接遇トレーニングや講演を年間300回以上行っている。
第2回	9/9 (土) 13:00～ 16:00	信頼関係 を築いて 職場の雰囲気 を変える ・信頼関係を築く5つのスキル	

【お申込み・お問合せ:TEL076-223-1265】

<詳細については裏面をご覧ください>



場所 金沢市女性センター 3階研修室
対象 金沢市在住または在勤の女性
定員 16名(先着順)

受講料 無料
託児 無料 要予約 申込締切 8月16日(水)
持ち物 筆記用具

お申込み方法

▼お申込み受付開始日時: **2023年8月1日(火)午前9時から**

▼インターネットからのお申込みの場合は、右の二次元コードから申込みフォームへアクセスできます。



▼ハガキ・FAX・E-mailでのお申込みの場合は下記の項目をご記入の上ご応募ください。

①セミナー名「働きやすい環境を私が作る！」

②ご氏名 _____ (フリガナ) _____

③〒 _____

ご住所 _____

④電話番号 _____

⑤託児の利用をご希望の方はお子様について以下も併せてご記入ください

氏名 _____ (フリガナ) _____

男・女 月年齢 _____ 歳 _____ ヶ月(原則4ヶ月～未就学児まで)

⑥女性センターとダイバーシティ人権政策課からイベントのお知らせをお送りしてもよろしいでしょうか。 はい ・ いいえ



- ※ 当面の間、講座の開催にあたっては、感染症防止対策を講じながら開催いたします。ご参加の皆様におかれましてもご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。
- ※ いただいた個人情報はセミナーの案内に関するこのみに使用いたします。

お申込み・お問合せ: 金沢市女性センター

〒920-0861 金沢市三社町1番44号

TEL:076-223-1265

FAX:076-223-6299

E-mail:josei@city.kanazawa.lg.jp