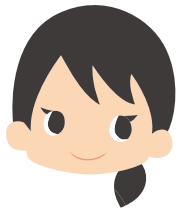


子育てママの



# ワーク・ライフ・バランス講座



子どもの手が少し離れてきたから働こうかなあ・・・  
子育てが落ち着いてきたんやけど、これから何していこう・・・  
今のわたしの環境に合った働き方ってなんだろう？

## ～自分らしい、生き方と働き方を考えよう!～

**日時** 2015年 **8月25日** (火) 10:00~12:00

**場所** 和歌山市 中央コミュニティセンター 2階活動室2

**参加費** 無料 先着で一時保育あり ★詳細は裏面をご覧ください。

**定員** 30名

**持物** 筆記用具と **これまでの人生の思い出♥**

お問い合わせ・  
お申込みは



**0120-281-075**

**株式会社 キャリア・ブレスユー**

受付時間 9:00~17:00 info@c-blessyou.com

【事務局】〒640-8108 和歌山市雑賀町58(中ぶらくり丁)



# 講座の内容

## 女性の働き方講座 10:00~12:00

1. 多様な働き方について 固定観念をはずそう!
2. 人生の棚卸し
3. 私のワーク・ライフ・バランス
4. NPO法人ホッピングに在籍している子育てと仕事を両立させている女性のワークライフバランスをトーク形式で伺います♪



### Aさん

2児の母。農家の嫁としての役割を担いつつも、ベビーマッサージ講師として地域活動にも参加!! (ホッピング登録ママ講師)

### Bさん

1児の母。ハンドメイド作家としての活動もしながら、和歌山市地域子育て支援拠点「ドレミひろば」のスタッフとして同じ子育て中のママを支援! (ホッピングスタッフ)

### Cさん

2児の母。小1の壁なんてなんのその! 実家の助けもママが働く上で重要な要素! 短時間勤務を実現し、無理のない働き方から子育てと仕事のバランスをとっています。

## 講師紹介

### 株式会社 NOTICE 布谷由美子さん

・ワーク・ライフバランスコンサルタント ・キャリアアドバイザー ・男女共同参画コンサルタント  
民間企業を退職後、宝塚市男女共同参画センター専門員として、情報発信・市民支援等に携わる。  
自治体主催ワーク・ライフバランスセミナー、再就職講座講師を務める。

効率的に時間を管理する方法や仕事と育児、介護などの両立のために職場で心掛けることについて話をします。

### 対象者

子育てが少し落ち着き、今の環境に合った働き方を考えている女性

## 一時保育について

費用は無料です。

先着順となります。

一時保育を希望される方は  
8月18日(火)までにご連絡ください。



主催：株式会社 キャリア・ブレスユー 協力：NPO 法人ホッピング

平成26年度補正予算 地域中小企業・小規模事業者人材確保等支援事業