

受講料
無料

「Coco+(ココプラス)」×「とよたオトナ女子会」



女性のための

マインドアップセミナー & 交流会

無料診断付きの
セミナーもあります！
詳しくは裏面へ

忙しい毎日から少し離れて、
自分のための時間を過ごしてみませんか？
「わたらしさ」を発見できるセミナーとおしゃべりで、
今よりちょっと元気な自分になりましょう。

2/26(火)

起業女子によるプチマルシェブースあり
可愛い雑貨や小物が並びます♪

3/5(火) 3/12(火)

10:00~12:00 とよた男女共同参画センター

託児有り※有料。各講座の1週間前までに要申込。

豊田市在住・在勤の女性であれば、
どなたでもご参加いただけます。
特に、自分らしさを大切にして生きたい
女性におすすめです。

お申込み・お問合せ

2/5(火)10:00から申込み事項と託児の有無を電話、ファックス、Eメールか直接
クラッ☆とよた(とよた男女共同参画センター) 豊田市小坂本町1-25(豊田産業文化センター2F)



【TEL】0565-31-7780 【FAX】0565-31-3270 【E-mail】clover@city.toyota.aichi.jp 【HP】http://clover-toyota.jp/

「Coco+(ココプラス)」×「とよたオトナ女子会」

女性のための マインドアップセミナー&交流会

お申込み・お問合せは、とよた男女共同参画センター(キラッ☆とよた)へ!

キラッ☆とよた
ホームページからも
申込みできます。



携帯電話・スマートフォンの方は
QRコードが便利です。



日にち	講座名	講師	概要	定員
2/26(火) 10:00~12:00	数秘術で見つける自分の良いところ ~私らしく楽に生きるために~ <自分を見つめる・元気になる>	永谷理枝、 西尾果小里 WLBコンサルタント	無料診断付き!申込みの際にご自身の 生まれた時の氏名をお伝えください。 一人ひとりに「数」があります。自分の特徴を知って 自分らしく楽に生きるためのコツを学びましょう。	30人
3/5(火) ●セミナー 10:00~11:00 (A、Bのいずれ かから選択し てください) ●交流会 11:00~12:00	セミナーA 私らしさの見つけ方 大切にしているものはなに? <100年時代をどう生きる?>	西尾果小里 WLBコンサルタント	長い人生、肩の力を抜きつつ楽しく自分ら しく生きるための「大切にしたい軸」を見つ めます。他者との語らいから「自分らしさ」 を探っていきましょう。	15人
	セミナーB 働く?働かない? 子育て中女性の選択 <はたらくを考える>	水野みどり キャリアコンサルタント	最近の就労事情や働きたい女性の悩みに ついて知りながら、「働く」についてのモヤ モヤを解消しましょう。	15人
3/12(火) ●セミナー 10:00~11:00 (A、Bのいずれ かから選択し てください) ●交流会 11:00~12:00	セミナーA アドラー心理学で 私が人生の主役になる <自分を見つめる・元気になる>	津村美紀 日本アドラー心理学会 認定家族コンサルタント	自分らしさを発見することで、自分の人生 の決断に勇気もてます。あなたらしさで 輝きを増しましょう。	15人
	セミナーB 子育てしながらハタラクを考える <はたらくを考える>	西尾果小里 WLBコンサルタント	育児や家事と仕事を両立していく中で、大変と思 われること、ポジティブにとらえられることの両方 を考え、ワークもライフもあきらめずに生き生き と一歩前に踏み出すためのヒントを得ましょう。	15人

会場案内

とよた男女共同参画センター

キラッ☆とよた

場 所 豊田産業文化センター2階

休 館 日 月曜(祝日は開館)

開館時間 9:00~21:00※日曜・祝日の月曜は17:00まで

T E L 0565-31-7780

E-mail clover@city.toyota.aichi.jp

F A X 0565-31-3270

H P http://clover-toyota.jp/



豊田産業文化センターの駐車場、または周辺のフリーパーキングをご利用ください。会場にて3時間の無料認証ができます。