

家事・育児・仕事・介護・・・あれもこれも毎日大変！イライラたまっていますか？
自分を上手にコントロールして日々の暮らしに役立てよう！

子育てママのキャリアデザイン

	日程	講座名	講師
第1回	6/11 (火)	アンガーマネジメントでイライラを減らす！ たとえば子どものちょっとした行動に「何やってるの！」と声を荒げては後で反省・・・こんな怒りスイッチをコントロールするヒントを学ぼう！	廣瀬 直美 氏 NPO 法人あゆみだした 女性と子どもの会
第2回	11/7 (木)	思いが通じあう親子のコミュニケーション 何度言っても言うことをきいてくれない！子どもが自分からやる気になるような、声かけやコミュニケーションの取り方を学ぼう！	松尾 千景 氏 親業訓練協会 シニア インストラクター
第3回	2/13 (木)	子育て経験をプラスのチカラに 家族のことを考えながら日々の生活を回す、PTAや地域の活動で色々な人と関わっている…これらも全部あなたのスキル。そのスキルで仕事の可能性を広げよう！ 11:30~12:00 個別相談会（託児付き） ※要予約（先着2名）	藤井 しのぶ 氏 岐阜県男女共同参画・ 女性の活躍支援センター キャリアカウンセラー

場 所 養老町中央公民館

時 間 10時～12時

対 象 養老町に在住・在勤の方

定 員 各講座 30名 / 託児 未就学児20名(担当:子育て支援いちご)

受付開始 5月1日(水)9時～ 講座・託児ともに定員になり次第締切

申込方法 裏面の申込内容にて、メール・FAX・養老町中央公民館まで持参のいずれかの方法でお申し込みください。同時に複数お申込みいただけます。

受講・託児 無料！

【主催】養老町

【後援】岐阜県

【企画・運営】NPO 法人くすくす

子育てママのキャリアデザイン

申込先

メール kusukusuwatasi@yahoo.co.jp (24時間受付)

FAX 0584-32-3089 または 0584-84-3114 (24時間受付)

ご持参 養老町中央公民館 (9時～17時 月曜休館)

申 込 用 紙			
お名前(ふりがな)			
ご住所 〒			
電話／携帯電話 ／			
・参加希望回の左枠に○をつけ、託児(有・無)のいずれかに○を付けて下さい。			
	第1回(6/11)アンガーマネジメントでイライラを減らす！ 託児 (有 ・ 無)		
	第2回(11/7)思いが通じ合う親子のコミュニケーション 託児 (有 ・ 無)		
	第3回(2/13)子育て経験をプラスの力に 託児(有・無) / 個別相談(有・無)		
※託児有の方は、以下に託児をされるお子様の氏名・年齢をご記入ください。			
ふりがな 氏名	(歳 カ月)	ふりがな 氏名	(歳 カ月)

講座内容のお問合わせ先

NPO 法人くすくす 0584-82-5113 または 080-4221-6265 (火～金/10時～14時)

※本事業は、NPO 法人くすくすが養老町から委託を受けて実施しております。お申し込みにあたっていただいた個人情報は本事業の他、養老町主催事業のご案内以外に使用することはありません。