

働く&働きたい女性に贈るセミナー！

欲張り人生を叶える時間術

夜間セミナー

24時間365日を、ストレスなく使えていますか？ 仕事を持ちながら、毎日を悔いなく楽しめていますか？ 今しかない人生の時間をめいっぱい楽しむために、タイムマネジメントのコツを学びます。

日時：平成29年1月17日（火）午後7時～9時

場所：男女共同参画センター交流室

講師：^{まきもとちさと}横本千里

（ワーク・ライフ・バランスコンサルタント）

対象・定員：女性・20名



わたしの魅力を引き出す！

イメージメイキング術

午前セミナー

あなたの自信を最大限に引き出すイメージメイキング術。自分で気づいていない魅力や思考パターンのクセを知り、強みに変えます。なりたい自分、こうありたいと思う自分のイメージを具体化し、あなたの新たな未来図をつくりましょう。



日時：平成29年1月19日・26日 木曜日

午前10時～12時（全2回）

場所：1 講目はコミュニティプラザ会議室3・4

2 講目は男女共同参画センター交流室

講師：井上葉子（カラー&イメージコンサルタント）

対象・定員：女性・20名

1 講目：顔グセとログセを見直して、また会いたくなる人に

※顔全体がみえる鏡をご持参下さい

2 講目：色をツールに思考パターンを知り、コミュニケーション美人に

問い合わせ・申し込み：摂津市立男女共同参画センター・ウィズせつつ

摂津市南千里丘5-35 コミュニティプラザ1階

TEL:06-4860-7112/FAX:06-4860-7113

1歳～就学前児の子どもさんの一時預かりがあります。先着順。要予約