

“輝く私”昭和女子大学ステーションニュース

vol.2 February 2013

女性が主体的に充実感をもって“仕事と子育ての両立”を実現できるように。
世田谷を中心に地域に根差したコミュニティーステーションをめざしています。

暮らしや自分を磨く、多彩なミニセミナーに参加しませんか？



表情筋をストレッチして
明るい笑顔に！

前向きな心、明るい笑顔、
ボイストレーニングで
魅力的に！



↑「輝きたい女性のための印象アップセミナー」でこんな素敵な笑顔をゲット！



NPO法人【仕事と子育て】カウンセリングセンター
理事長
坂東 真理子
昭和女子大学 学長

「人に迷惑をかけたくない、人に迷惑をかけるぐらいなら仕事は深く辞める」という頑張り屋の女性は少なくありません。けれども“孤立”と“自立”は違います。お互いに助け合うこと、お互いに理解し合い、受け入れ合うことこそ、自立の第一歩先なのです。当ステーションでは、仕事と子育ての両立をめざす頑張り屋さんたちの本当の意味での人間的な成長を応援したいと思います。

カウンセリングで気持ちや考え方を整理しませんか？

「仕事も家庭も中途半端」「子どもが発熱！また迷惑をかけてしまう！」
「子育てだけの生活から早く抜け出したいが、何から始めていいかわからない」
「2人の子どもの世話が手一杯。こんな状態で本当に復職できる？」
そんなあなたの悩みや不安をプロのコウンセラーが個別にお聴きします。

<要予約>

日程はカウンセラーと調整いたします。2〜3週間ほど余裕を見てご予約ください。

料金：5000円／50分

悩みを話すうちに
自分が大切に
したいことがはつき
りました！

専門家に聞いて
もらったら、自分
の中から力がわ
いてきました！

参加者の感想より

求む！あなたが感動した“女性の生き方”本

「あなたが読んで感動した女性の生き方」をみんなでシェアして、感動の輪を広げませんか？
書名と感想をメールやファックスでお寄せいただくか、ステーションに直接お持ちください。また読み終わって“ぜひ他の方に読んでほしい”と思う本がありましたら、当ステーションにご寄附ください。

お問い合わせ・連絡先：
NPO法人【仕事と子育て】カウンセリングセンター
E-mail: info@shigoto-kosodate.net
FAX : 03-5565-4923
締切：2013年2月28日（木）



2月・3月の予定

参加をご希望の方は、お名前・ご連絡先・講座名を明記のうえメールで showa@shigoto-kosodate.net までお申し込みください。

2/5(火) 10:30~12:00

**模擬面接を
やってみよう**

世田谷区産業振興公社

参加費：無料

2/12(火) 10:30~12:00

**食の大切さを知って
イキイキ家族になろう**

神崎夢風

参加費：無料

2/14(火) 10:30~12:00

**起業したいママのための
「起業力をつけよう！」
セミナー**

三橋聡子

参加費：無料

2/21(木) 10:30~12:00

**“わたらしい両立”を
考えてみませんか？**

高島元子

参加費：無料

2/21(木) 13:00~15:45(4名様)

ハンドマッサージ

高島元子

要予約
料金：1000円／30分

世田谷区在住の方は
3名まで託児可！

2/27(水) 10:00~13:00

**自分を輝かせる
お茶会式起業講座**

参加費：3000円

※参加者には後日
個別コンサルティング付き

2/28(木) 10:30~12:00

**おかあさんを
ちょっと休ませませんか？**

アートセラピーを通して自分発見

井上美紀

参加費：2000円

お子様にも読み聞かせや創作活動の準備をしています

は「お子様連れ可」

※講師の都合等により予告なく変更する場合がありますのでご了承ください。

3/5(火) 10:30~12:00

**暮らし彩る！
スパイスセミナー**

ハウス食品

参加費：無料

3/7(木) 10:30~12:00

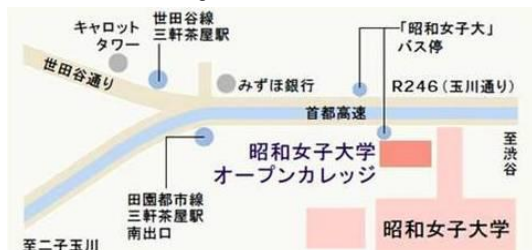
**もっと輝け☆
わたしの子育てライフ**

世田谷区産業振興公社

参加費：無料

“輝く私”昭和女子大学ステーション

東京都世田谷区太子堂1-12-40昭和女子大学オープンカレッジ1階
電話&FAX 03-3413-7721
E-mail showa@shigoto-kosodate.net



“輝く私”神戸RICステーション

神戸市東灘区向洋町中2-13 神戸ベイシエラホテル&タワーズ 隣接2Fアーケード内