

“輝く私” 神戸RICステーション 祝4周年 6&7月度プログラム (申込先着順・参加費¥500)



耳つぼジュエリー体験講座 Part1

～耳を通して美と健康を応援します～ *参加費無料 (材料費 ¥500要)

6/17(火) 11:00-12:00

講師 at home 代表 (耳つぼアーティスト協会認定)

耳って本当にすごいです!! 色んなことが耳にあらわれます、体調のこと心のこと。

耳を知ることは自分を知ることにつながります。耳に存在するツボを刺激することで体調を整える、

耳つぼジュエリーをこの機会に体験してみませんか。薄着になる季節、食欲を抑制するツボもご紹介します。

対象: 女性の方*妊娠中・授乳中・心臓疾患・皮膚疾患・アレルギー体質、体調の優れない方以外 定員: 10名 (お子様同伴可)



基礎から学べる保険セミナー *参加費無料

6/18(水) 11:00-12:00

講師 山川 義正さん (保険アドバイザー・ファイナンシャルプランナー)

保険は、複雑でよく解らないと目をそむけていませんか? 保険の種類やタイプ、

知らないと損をする保険の基礎知識、必ず押さえておきたい保険の見直しのポイントなどプロが解りやすくご紹介します。

少子超高齢化社会の保険ニーズや医療動向など最新情報も入手できます。

また、ご家族、ご自身の保険についてわからないこともお気軽にご相談いただけます。ぜひこの機会をご活用ください。

対象: どなたでも 定員: 10名 (お子様同伴可)



歯っぴーサロン～歯科相談会～

*参加費無料、小児歯ブラシのお土産付き

7/9(水) 11:00-11:30

講師 岩本 由紀さん (なかたに歯科クリニック、ながせデンタルクリニック医師)

小児歯科専門医師が歯科全般のお悩みにお答えするミニサロンです。

歯みがきを泣いて嫌がります。どうしたらいいの? フッ素は効果があるの? 歯並びが心配? etc..

お子様やママのお口のお悩みを解決します! また、離乳食のすすめ方、おすすめレシピなどお得情報満載!

対象: 妊婦～12歳以下のお子様と保護者の方 定員: 4名 (お子様同伴可)



🍷 暮らしを楽にする片付け術 *参加費¥500

7/17(木) 11:00-12:30

講師 遠藤 亜紀さん(整理収納アドバイザー)

忙しくて何もできない?片づける時間がない?いえいえ!忙しいからこそ、まずは片づける必要があるのです。

片づけの効果を知れば、家を片づけないのがもったいと思えてくるはず。

毎日の暮らしが大変と感じている方、この春、片づけから始めてみませんか?

対象:家が片づかない!毎日がバタバタ!と感じている方、どなたでも 定員:8名(お子様同伴可)



🍷 栄養士さんに聴く、時短・カンタン・節約レシピ *参加費無料

7/23(水) 11:00-12:00

講師 恵子さん(栄養士)

毎日の献立に頭を悩ませていませんか?栄養士さんは、日常どんな工夫をされているのか?

食材の保存方法・冷凍方法の基本と応用や、効率よく食材を使いまわす時短・カンタン・節約レシピをご紹介します。

今日から実践できるヒントやコツをぜひ参考にしてください。

対象:どなたでも 定員:8名(お子様同伴可)



【仕事と子育て】の両立応援、個別カウンセリング(無料)のご案内

”輝く私”神戸RICステーションでは、神戸市の助成金とP&G補助金を活用し

通常、有料(¥3500/60分)のカウンセリングに無料枠を設け、より皆様に身近に受けて頂けるカウンセリングを展開中です。

2014年6月22日(日)	2014年7月16日(水)	2014年8月24日(日)
10:00-11:00	10:00-11:00	10:00-11:00
11:30-12:30	11:30-12:30	11:30-12:30
13:30-14:30	13:30-14:30	13:30-14:30
15:00-16:00	15:00-16:00	15:00-16:00

対象

- ・【仕事と子育て】を両立中、またはこれから両立したいと考えている方
- ・働くことが好きな方、働くことで輝きたい方、輝ける方
- ・子育てが一段落して社会と接点を持ちたいと考えている方

*各回 1名/60分、申込み先着順、お子様同伴可能

《申込み方法》”輝く私”神戸RICステーションへ電話・FAX・メールにて

電話:078-857-3223 FAX:078-857-3224 e-mail:kobe-ric@shigoto-kosodate.net

詳しくは、<http://www.shigoto-kosodate.net/ステーションカレンダー>をご覧ください。

《連絡事項》申込の際には、下記①~④をご連絡下さい。

①氏名 ②希望講座名・希望日時 ③住所 ④電話番号(携帯可)

★産休&育休中の方優先有、お子様同伴希望は事前にお申し出ください。

★カウンセリングを受けられる方には、事前にカウンセリング資料を送付致します。★申込先着順、定員になり次第受付を終了させて頂きますご了承下さい。

《お問い合わせ、申し込み先》 “輝く私”神戸RICステーション

〒658-0032神戸市東灘区向洋町中2-13 神戸Vイェットホテル&タワーズ 2F隣接

TEL:078-857-3223 /FAX:078-857-3224/ e-mail:kobe-ric@shigoto-kosodate.net

開館時間:平日(火・水)11:00-18:00 (木)11:00-19:30 (隔週土日)11:00-15:00

運営:NPO法人【仕事と子育て】カウンセリングセンター
後援:神戸市/六甲アイランド地域振興会/六甲アイランドCITY自治会
協力:大八木淳史事務所伸び伸び子育てプロジェクト

協賛

P&G