

“輝く私” 神戸RICステーション 11 & 12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 ～耳を通して美と健康を応援します～

11/25(火) 10:30-11:30

講師 at home 代表 (耳つぼアーティスト協会認定)



*参加費無料 (別途材料費 ¥800)

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。肌トラブルの気になる季節、美肌のツボ・年末年始に向け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)



誰でもできる、多言語で子育て

*参加費無料、多言語CDのお土産付き

11/26(水) 11:00-12:00

講師 田中 昌美さん (ヒッポファミリークラブフェロウ 多言語ライフアドバイザー)



小さな子どもたちの耳はとても柔らかく、いろいろな音をあっという間につかまえて、口にすることができます。

子どもたちには、英語だけじゃない多言語の豊かさを…! 多言語は子どもの知的好奇心を伸ばします。

多言語で子育てってどんなことをしているの? 誰でもできるってほんと? そんな疑問にお答えします。

また、子育て中のみなさんの交流の場にもなればと考えています。

<http://www.lexhippo.gr.jp/lp/bebe/> 赤ちゃん研究会 対象：妊婦さん～子育て中の方 定員：8名 (お子様同伴可)

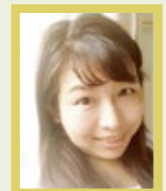


年末スペシャル企画 “My Story”

*参加費¥500 (お茶、お菓子付) 『ママがTED公式ブログに寄稿しました』

12/10(水) 11:00-12:00

講師 時松 愛 (ときまつ あい) さん



(ベビラン代表。一般社団法人日本ベビーカーエクササイズ協会理事。TEDオープン翻訳プロジェクト(TED OTP)メンバー)

偏差値30台、高校進学が危ぶまれる問題児から神戸松陰女子学院大学文学部英語英米文学科卒業。米国・セントマイケルズ大学大学院 英語教授法修士課程修了。

帰国後、関西一円の大学で非常勤講師を務めるが、病(敗血症)を得て結婚退職。出産を機に回復したことをきっかけに日本初のランニング専用ベビーカーを使ったエクササイズ教室「ベビラン」を六甲アイランドを拠点に始める。日本の文化事情に合わせた試みがNHK、フジテレビ、朝日放送、神戸新聞などメディアで取り上げられる最中、2013年再び病を得て生死の境をさまよう。

その経験から始めたTEDトーク翻訳が本部の目に留まることとなり、日本人女性初のTED公式ブログ寄稿を果たす。

<内容>プレゼン最高峰とも呼ばれるTED。お仕事をされているママならば、ご自身のプレゼンの参考にされているでしょう。その一方、子育て中のママには遠い世界の出来事のように感じていませんか? いえいえ、そんなことはありません。今やTEDはプレゼンのみならず、ラジオや出版、ブログなど様々な方法で価値あるアイデアを広めています。そんなTEDで、神戸在住のママが日本人女性初のTED本部ブログ寄稿を果たしました。男性でも公式ブログに取りあげられたのはこわすかな中で、なぜ子育て真っ最中のママが寄稿することになったのでしょうか?

TED裏話も盛りだくさんでお届けします。 対象：どなたでも 定員：10名 (お子様同伴可能)

【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。

- 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

2014年11月19日(水)	2014年12月7日(日)	2015年1月21日(水)
10:00-11:00 キャンセル待ち	10:00-11:00	10:00-11:00
11:30-12:30 キャンセル待ち	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

*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

～カウンセリング体験者の声より～

- ・向こう側に“フツ”と灯りがともった感じがした。
- ・夫に協力してもらえるように、きちんと話そうという気持ちになった。
- ・自分を卑下しないよう自分を認める気持ちになった。
同僚や夫にお礼を言えるようにする。
- ・八方ふさがり状態に風穴が開いたような気がする。自分に自身をもって、
少しづつできることを始めたい。
- ・これまで押し殺していた感情を解放することができました。
- ・自分が何をしたいのか具体的な考えをまとめられる気がしています。
- ・ままならない私の考えを聞いてもらって、少し前に進めそうな気持ちになった。
- ・両立に悩んでいるのではなく、自分自身の考え方にしぼられ
行動がとれなくなっていたこと、今と違う見方をしてもよいことに気付いた。

NPO法人【仕事と子育て】カウンセリングセンターは、
女性が「仕事」と「子育て」を進める上で直面する様々な課題に対応する支援を行うために設立されました。
妊娠、出産、子育て中の女性の負担やストレスを軽減し、子どもを産み、育てやすくすると共に、子どもを持つ女性が、
充実感を持っていきいきと生活できる活力ある社会の実現をめざしています。その活動のひとつが「カウンセリング事業」です。
制度や法律だけでは解決できない、当事者やそのパートナーの気持ちに寄り添うカウンセリングの活動を通じて、
自分の生き方における価値観を再確認し、自分らしい「仕事と子育て」の道を選択し実践できるよう、
中立的な立場でサポートしています。それが社会全体を変える力になることを確信しています。

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A' イェラソホル&カズ 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 