

出張！女性のための働き方セミナー

参加費無料・一時保育あり

仕事と育児を両立するための 時間管理術



子育てをしながら働く女性、育休から復職する女性のみなさん、育児と仕事の両立に不安や悩みを抱えていませんか？
時間管理のコツを知り、ワーキングマザーでもある講師の経験談からヒントを得て、両立の不安や悩みを解消しましょう！



日時

2025年3月2日（日）14：00～15：30

場所

西脇市茜が丘複合施設 Miraie 会議室1

参加費

無料

定員

8名（先着）

一時保育

5名（無料/生後6ヶ月～就学前/要予約/先着順）

講師

森本 紀子さん

特定非営利活動法人夢コネクト 代表
キャリアコンサルタント

メンタルヘルスマネジメント検定Ⅱ種・Ⅲ種

申込
方法

- ▶メールの場合
参加される方の名前、年齢、住所、電話番号、（一時保育を利用する場合）お子さんの名前、年齢、性別を記入の上、danjyo-c@city.nishiwaki.lg.jp までお送りください。
※ 件名に「働き方セミナー申込み」と記入してください。
- ▶電話の場合
西脇市男女共同参画センター（☎0795-25-2800）までご連絡ください。
- ▶申込用紙の場合
裏面の申込用紙に必要事項を記入し、FAX（0795-25-2220）または郵送、みらいえ総合案内に提出してください。

※悪天候その他やむを得ない事由により、セミナーが中止または延期となる場合がございます。その際は、みらいえ公式フェイスブックにてお知らせいたします。



【申込み・問合せ先】西脇市男女共同参画センター

〒677-0057 西脇市野村町茜が丘 16-1 西脇市茜が丘複合施設 Miraie 内

☎ 0795-25-2800 ☎ 0795-25-2220 ✉ danjyo-c@city.nishiwaki.lg.jp

みらいえ公式フェイスブック→
<https://www.facebook.com/miraie.nishiwakishi/>



申込用紙

出張！女性のための働き方セミナー

仕事と育児を両立するための時間管理術

名前 ふりがな.....

電話番号

(才)

住所 〒

一時保育①

名前（ふりがな）：

年齢： 男 ・ 女

一時保育②

名前（ふりがな）：

年齢： 男 ・ 女

※ご記入いただきました個人情報は、本講座運営及び当センターの講座・イベントご案内以外の目的には利用いたしません。

男女共同参画センターでは、

女性のチャレンジを応援しています♪



起業・就労セミナー



イベント・講座



各種相談窓口
の開設



ぜひホームページやフェイスブックを見てみてくださいね♪



←西脇市男女共同参画センター
ホームページ

Miraie 公式フェイスブック→

