

実践！ワーク・ライフ・バランス

幸せに生きる・働くためのヒント

「あれもこれも出来ない！」とイライラしていませんか？
 仕事も家庭も自分の時間もぜ～んぶ大切にしたい
 あなたのための講座です！

	開催日時	内容	講師
1	1/16 (土) 10:00~11:30	「完璧主義にサヨナラ」しましょ・・・ なるほど！佐々木さんに聞く 仕事と子育て両立解決法	佐々木育子さん 弁護士
2	1/23 (土) 10:00~12:00 13:00~15:00	人生を10倍楽しむ 時間管理術 (タイムマネジメント)	川端美智子さん (株)ライフキャリアデザイン・ アドバイザー代表取締役

2は午前・午後とも参加可能な方

- 場 所 奈良県女性センター3階講座室 (近鉄奈良駅徒歩5分 東向商店街内)
- 対 象 女性
- 定 員 30名 (先着順)
- 受 講 料 無料
- 託 児 有 (1歳6ヶ月以上就学前まで 1人1回につき500円)
- 申込締切 2010年1月6日 (水)
- 申込方法 申込用紙に必要事項をご記入の上、下記までお申し込み下さい。

〒630-8216 奈良市東向南町6番地 奈良県女性センター
 TEL 0742-27-2300 FAX 0742-22-6729
http://www.pref.nara.jp/dd_aspx_menuid-11774.htm

下記の必要事項を記入の上、このままファックスしてください。ハガキ・ホームページでも申込ができます。
 受講の可否はハガキで通知いたします。

申込用紙

ファックス送付先： **FAX 0742-22-6729**
 講座名： 働く女性応援講座

- ①住所 (〒 -)
- ②氏名 ふりがな ③年代 (代)
- ④電話番号 (-) ⑤就労 フルタイム パートタイム なし
- ⑥参加希望日 1/16 1/23
- ⑦託児希望日 1/16 1/23午前 1/23午後 (希望の場合はお子様のお名前、生年月日を記入)
- 有→お子様の氏名 () 生年月日 (H . .)
- ⑧このチラシをご覧になった場所

* 講座申込の際にお知らせ頂く個人情報は、受講者への連絡等、本講座に付随する目的のみに使用