

# 女性応援セミナー

～自分らしい夢・目標を実現するために～



いつか実現したいこと(夢や目標)、ありますか

“わたし”が本当にやってみたいことって、何なのでしょう

夢や目標をかたちにするために、いっしょに考え、チャレンジしてみませんか

①	11月12日(金)	【あなたにとって幸せとは何でしょう】 キャリアコンサルタント 中川久枝さん あなたのキャリア “これまでとこれから” 具体的な目標を さがしましょう	
②	11月18日(木)	【目的具現化のために “つながりをつくる SNS 発信術”】 SNS 活用アドバイザー・WEB 集客アドバイザー 内海綾乃さん 目的達成のための表現の仕方や発信の工夫の仕方などを含めた、 SNS の上手な活用方法を学びましょう	
③	11月25日(木)	【こころと体のメンテナンスやコンディショニングを整える】 フェイスメソッド・マスターインストラクター キャリアコンサルタント 岩塚晴美さん 表情や顔の筋肉の動かし方など(表情筋トレーニング・顔ヨガ・ リフトマッサージなど)について学び、心のメンテナンスを考えましょう	
④	12月2日(木)	【これまでのまとめ 目標や夢の実現のために】 キャリアコンサルタント 中川久枝さん 先輩から体験やアドバイスを聞き、後半は交流会をしましょう	

- ・定員 20名
- ・無料
- ・4回連続講座です。(なるべく4回受講してください)
- ・すべてオンライン(ZOOM)の講座です。
- ・時間は各回10:00~12:00
- ・毎回振り返りの時間、または感想をご提出いただきます。
- ・募集期間:2021年10月15日(金)00:00~2021年10月31日(日)



## 申込方法

右のQRコードからお申し込みください。

※ こくちーずの申し込みページです。QRコードが読み取れない場合は以下のURLから  
<https://www.kokuchpro.com/event/2ca1267bb25b7f4cfff06116d358561a/>

お申し込みいただきますと、自動返信メールがgmailより送られます。gmail.comからのメールを受信できるように設定をお願いします。返信がない場合は迷惑メールに入っていないか、ご確認ください。

☆ 講座の日が近づきましたら、メールに資料を添付してお送りします。メール添付環境がご無理の方は郵送させていただきますので予め住所をお知らせください。

以下の問い合わせ先でも受付可能です。

doula.gifu.ykogawa@gmail.com (小川)

090-7691-0314 (高屋)

