



リスキリング (学ぶこと) で



自己肯定感を上げよう



参加無料

3月29日 (土)

10:00~12:00

会場

勤労者女性会館 しなのき 視聴覚室
長野市大字鶴賀西鶴賀町1481-1

「自己肯定感」が低いと自分の人生に主体性が持てず

他人や社会の流れに身を任せる傾向が強いと言われます。

「リスキリング (学ぶこと)」を通じてあなたの自己肯定感を上げてみませんか。



講師：清水 千恵子 さん

2級キャリアコンサルティング技能士 (国家資格)
自己肯定感アップカウンセラー

対象：長野市在住、在勤、在学の女性

定員：15名

◆託児◆

4か月から就学前まで (無料/要予約 3/19まで)

持ち物：筆記用具

※ セルフ・ワークがあります。



【会場地図】



- JR長野駅よりバス 権堂下車徒歩2分
- 長野電鉄 権堂駅下車徒歩2分

◆ お申し込みは

QRコードからお申し込みいただくか、
男女共同参画センターまでお電話ください。

長野市男女共同参画センター

(指定管理者：共同組合長野シーアイ開発センター)

TEL 026-237-8303 (平日のみ)

※ 会場に駐車場はありません。

公共交通機関でお越しいただくか、近隣の駐車場をご利用ください。

長電権堂パーキングをご利用の方には200円分の補助券を差し上げます。受講会場に駐車券をお持ちください。