

輝く女性のタイムマネジメント

～幸せを生み出す時間管理～

第1回 9月28日(火) 18時30分～20時30分

ワーク・ライフ・バランスで充実した毎日を

- ・タイムマネジメントがなぜ必要なのか？
- ・今の自分の時間の使い方にどのような課題があるのか？
- ・ワーク・ライフ・バランスを充実させよう！

第2回 10月12日(火) 18時30分～20時30分

人生100年時代、ハッピーに生きよう！

- ・未来の自分の暮らしを具体的にイメージし、ビジュアル化してみよう！
- ・すぐやる習慣を身につけよう！
- ・「MY働き方改革」をスタートしよう！
- ・モチベーションアップする方法を身につけよう！

- ◇講師 S.I.C オフィス代表
河野 久美子 氏
- ◇場所 今治市中央公民館2階 第1・2学習室
(今治市南宝来町1丁目6番地1)
- ◇対象 今治市内在住の女性
(2回とも受講可能な方)
- ◇定員 20人程度(先着順)
※託児あり(満6か月から就学前まで)
希望される方は、お申込みの際にお伝えください。
- ◇受講料 無料



河野 久美子氏

※本講座は、新型コロナウイルス感染予防対策を講じて実施します。
※当日はマスクの着用をお願いします。
※状況により延期又は中止となる可能性があります。

お申込み方法 ※9月16日(木)まで

【お電話でのお申込み】

今治市市民生活課人権啓発室 TEL0898-36-1521

【インターネット上での申込み】

右記QRコードを読み込み必要事項を入力してください。

