

# 「女性らしく」より「わたしらしく」生きる

娘・妻・母親として、頑張れば、頑張るほど・・・  
なんだか窮屈に感じる時があります。  
気がつくと、いつも自分のことは後まわし。

いきいきと生きる素敵な講師陣といっしょに、  
これからの自分のこと、考えてみませんか。



土曜日 1回からの参加も可能です。

11/25 10:00~12:15	<b>開講式</b> コミュニケーションスキルアップ講座 ～I（わたし）メッセージとポジティブな言葉で好印象～ 講師：木村 智子さん (サンリカ教育研究所代表・メディカル&ライフサポート コーチ研究会副代表)	ソレイユ さがみ セミナー ルーム 6
12/16 10:00~正午	<b>キーワード</b> アサーティブトレーニング お金のプロから学ぶ！働き方・貯め方・活かし方 ～好きな人・好きなもの・好きなことに囲まれる生き方～ 講師：久保田 啓仁さん (市就職支援センター長・ファイナンシャルプランナー)	2
	<b>キーワード</b> マネーリテラシー（お金の知識）	

●定員 女性20名（申込順） ●参加費 無料

●保育 2歳以上未就学児まで（無料・要予約）

●主催 相模原市立男女共同参画推進センター（ソレイユさがみ）  
(指定管理者：特定非営利活動法人男女共同参画さがみはら)

## 申し込み・問い合わせ先

〒252-0143 相模原市緑区橋本6-2-1 イオン橋本店6階  
シティ・プラザはしもと内

相模原市立男女共同参画推進センター（ソレイユさがみ）

TEL042-775-1775 FAX042-775-1776