

受講料  
無料!

# 心としごとの 準備セミナー

ひとり親  
コース

保育  
あり  
10/7 締切

「働いた経験ゼロだから…」  
「仕事を離れてからしばらくたっているから…」  
と働きたいと思うものの、その一歩が踏み出せない方、  
セミナーを受講して動き始めませんか?



- 〔日時〕
- 1日目 10/14 (金)
  - 2日目 10/20 (木)
  - 3日目 10/27 (木)
  - 4日目 11/10 (木)
  - 5日目 11/17 (木)

各日とも 10:00 ~ 12:00

※全回の受講をおすすめしますが、やむを得ない理由で  
欠席の場合は連絡していただければ可。

〔会場〕  
京都市男女共同参画センター  
ウィングス京都  
京都市中京区東洞院通六角下る御射山町 262 番地  
地下鉄烏丸御池駅 (5 番出口)  
または地下鉄四条駅・阪急烏丸駅 (20 番出口) 下車徒歩約 5 分

〔対象〕  
就業に興味がある  
ひとり親の女性  
(京都市内在住、在学の方)

〔定員〕  
15 名 (申込先着順)

- 〔内容〕
- 1日目 聴き方を習得して  
コミュニケーションを円滑に  
(コミュニケーション 1)
  - 2日目 体と心を整えて健康に  
(セルフマネジメント)
  - 3日目 仕事に役立つ電話対応を学ぶ  
(就業スキル)
  - 4日目 上手に気持ちを伝えて  
コミュニケーションを円滑に  
(コミュニケーション 2)
  - 5日目 自分自身に目を向けてみよう  
(マインドフルネス)

〔講師〕  
本多 真理子 氏 (キャリアコンサルタント/マナー講師)  
植野 和美 氏 (キャリアコンサルタント/公認心理師)  
村井 加代子 氏 (バレエ・ヨガ・英会話講師)

## お申込み方法

E-mail・電話でお申し込みください。E-mailの場合は下記を御記入ください。

- 心としごとの準備セミナー ひとり親コース
- 氏名(ふりがな)
- 年齢
- 郵便番号・住所
- 電話番号
- メールアドレス
- 保育の有無 ※御希望の場合はお子様の人数と年齢 ※保育対象: 4ヵ月から就学前まで 保育の締切は10/7(金)まで



申込みはこちら

## お申込み・お問合せ

株式会社アイシーエル

申込専用メール [jyosei@icl-web.co.jp](mailto: jyosei@icl-web.co.jp)

電話番号 075(708)7886

受付時間: 月曜日～金曜日 9:00～18:00  
土・日・祝日は休業