

夫婦で
分担&協力

職場復帰準備セミナー2<夫婦参加> それぞれのキャリアと 家事・育児の役割分担の戦略会議

子育てと家事の役割分担やそれぞれのキャリアアップの戦略を立てましょう！
緊急事態の対策は相談しましたか？
同じ立場の参加者とともに、一緒に整理し、戦略を練りましょう。

夫婦で
ご参加ください

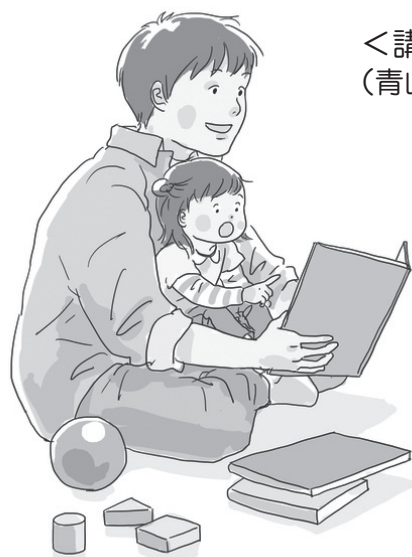
<内容>

○ 仕事と育児を両立するための心構え

○ ワークショップ

- ・ パートナーの仕事と家事育児分担意識を知る
- ・ 仕事がある日の1日をシミュレーション
- ・ マネーから考える人生のデザイン

<講師> 育休後コンサルタント® 山口 理栄
(青山学院大学 社会情報学研究科 プロジェクト教授)



タイムマネジメント
コミュニケーション
工夫と心構え etc.



2022年2月6日(日) 13:30~16:00(全1回)

定員 12組 **会場** イーブルなごや 第4集会室

対象 育児休業取得中の方(★夫婦でご参加ください)

受講料 無料 **申込み方法** 裏面 申込方法②を参照ください

託児 定員 10人(6ヵ月から小学校入学前まで)・実費 40円

講座URL <https://e-able-nagoya.jp/lec/15469/>



イーブルなごや(名古屋市 男女平等参画推進センター・女性会館)

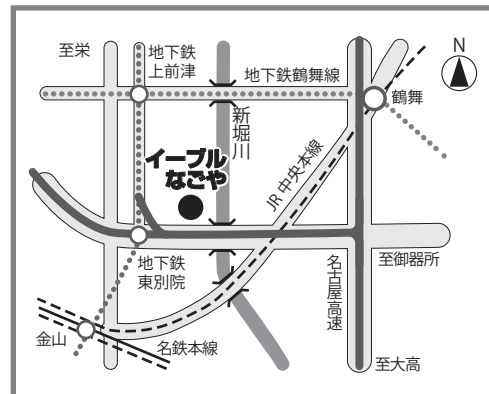
〒460-0015 名古屋市中区大井町7番25号

TEL 052-331-5288 FAX 052-322-9458 ホームページ <http://e-able-nagoya.jp/>

開館時間…9:00~21:00(日曜・祝休日は17:00まで) 休館日…毎月第3木曜日、年末年始

※都合により講座の中止及び日程・内容・講師等が変更になる場合があります。
※傷害保険等の設定をしておりません。必要な方は各自でご加入ください。

講座番号 K-2



地下鉄 名城線「東別院」下車①番出口 東へ徒歩3分
市バス 金山26系統「大井町」バス停前、
昭和巡回系統「大井町」バス停前

イーブルなごや 令和3年度 後期講座

9/28（火）申込締切の主催講座		
J-8	【なごや女性カレッジ】【金城学院大学連携講座】女性の食生活をデザイン	10月12日～11月9日（火）10:30～12:00（5回）
J-9	難聴者等支援ボランティア養成講座 2	10月13日～11月10日（水）10:00～12:00（4回）
J-10	託児ボランティア養成講座 2	10月15日～11月5日（金）10:00～12:00（4回）
J-11	ママの笑顔を増やしたい！ ～家族のハッピーライフをめざして～	10月18日～11月15日（月）10:00～12:00（5回）
T-6	【しゃべり場】就職氷河期世代の非正規シングル女性	11月26日～1月7日（金）18:30～20:00（5回）
T-7	恋愛とデートDV ～愛は傷つけない～	11月27日～12月18日（土）14:00～16:00（4回）
T-8	コロナ禍の生涯現役とキャリア設計	11月30日～12月14日（火）14:00～16:00（3回）

12/14（火）申込締切の主催講座		
T-9	3級ファイナンシャル・プランニング技能士入門講座	1月18日～3月22日（火）18:30～20:00（10回）
J-12	思いを伝えるって大切！ ～コミュニケーションで広がるワタシの世界～	1月19日～2月16日（水）10:00～12:00（4回）
J-13	「女性」を通してみる日本の歴史	1月24日～2月21日（月）10:00～12:00（5回）
J-14	心のアンテナでキャッチ ～複合差別から考える人権問題～	1月28日～3月11日（金）10:00～12:00（5回） 第1回は10:30～12:00
T-10	パパの離乳食教室 ～パパにできること～	1月29日～3月19日（土）10:00～12:00（3回）
C-1	自分のためのマインドケア ～秘伝！チャ・チャ・チャの法則～	1月31日～2月14日（月）14:00～16:00（3回）
K-2	職場復帰準備セミナー2 <夫婦参加> ～それぞれのキャリアと家事・育児の役割分担の戦略会議～	2月6日（日）13:30～16:00（1回）
J-15	未来を拓く！ ～理系分野の女性参画～	2月8日～2月22日（火）10:00～12:00（3回） 第1回は10:30～12:00
T-11	女性をはじめ誰もが安心できる私たちの避難生活を考えましょう！	2月12日・2月19日（土）14:00～17:00（2回）
T-12	準備が大事！オトコの介護を考える	2月16日～3月9日（水）14:00～16:00（3回）
K-3	職場復帰準備セミナー3 ～「もしも」を乗り切るための「見方」と「味方」～	2月25日（金）13:00～15:30（1回）



●往復はがき（または封書）、窓口、インターネット（<http://e-able-nagoya.jp/>） いずれかでお申し込みください。

複数の講座に申し込みいただけますが、1講座につき1人1回のみ有効。

※封書での申込は、申込者の住所と名前を記入した返信用郵便はがきを1講座につき1枚、同封してください。

※窓口での申込は、申込者の住所と名前を記入した返信用郵便はがきを1講座につき1枚、持参してください。

※往復はがきと窓口での申込は締切日必着、インターネットでの申込は、締切日の17:30まで受け付けます。

【往復はがき 往信面記載事項】 ①希望講座名（講座番号） ②〒住所 ③お名前（ふりがな） ④性別・年代 ⑤電話番号

⑥子どもの名前・生年月日（託児希望者のみ） ⑦必要なサポート（障がいのある方のみ）

※申込締切後、定員に満たない講座は、電話（052-331-5288）、窓口、インターネット（<http://e-able-nagoya.jp/>）で受け付けます。

公開講座（事前申込不要、当日先着順受付）		
E-7	【なごや環境大学共育講座】毎日の暮らしに一工夫！～身近で感じるエコチカラ～	10月17日（日）14:00～15:30（1回）
E-8	あなたたちは何にでもなれる ～ジェンダー・ニュートラルなおもちゃで伝えるメッセージ～	12月4日（土）10:30～12:00（1回）
E-9	ヘレーネ・クレラー＝ミュラー 美術館設立にかけた夢	1月15日（土）14:00～15:30（1回）
E-10	生きづらさはどこから来るの？ ～発達障がいのある人からのメッセージ～	1月28日（金）10:30～12:00（1回）
E-11	未来を拓く女性のチカラ ～航空宇宙開発の現場から～	2月8日（火）10:30～12:00（1回）
E-12	アメリカン・コミックスにみる女性キャラクター	3月19日（土）14:00～15:30（1回）

●詳細は、「イーブルなごや 講座のご案内 令和3年度後期」またはホームページ（<http://e-able-nagoya.jp/>）をご覧ください。

（キリトリ線）

公開講座 参加票

新型コロナウイルス感染の追跡調査にご協力をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症の感染者が発生した場合に限りご連絡しますので、連絡のつく電話番号もしくはメールアドレスをご記入ください。

公開講座にご参加される方は、参加票をご記入の上、会場受付にご提出ください。

お名前	
ご連絡先	

イーブルなごや（名古屋市 男女平等参画推進センター・女性会館）

住所：〒460-0015 名古屋市中区大井町7番25号 電話番号：052-331-5288 FAX番号：052-322-9458

開館時間：9:00～21:00（日・祝休日は9:00～17:00） 休館日：毎月第3木曜日、年末年始（12/29～1/3）

アクセス：【地下鉄名城線】「東別院」下車1番出口から東へ徒歩3分 【市バス】金山26系統または昭和巡回系統「大井町」バス停前