

共働き夫婦のHAPPYライフ術

仕事と子育ての両立、女性が活躍できる環境の推進を図るため、下記講座を開催します。
ご夫婦での参加大歓迎です。男性も女性も、働く世代・子育て世代のみなさまご参加ください!

DAY
1

仕事も育児も頑張るあなたへ 今日から始めるチーム育児講座

こんな方におすすめ!



いつも自分にばかり育児負担がかかっている

仕事も家庭もなんて、難しい!

子どもは欲しいけど、共働きで大丈夫かしら

小家族化が進行する中での、共働き・共育では簡単ではありません。働きながらチーム育児を少しでも円滑に進めるためのコツをご紹介します。

日時 10月23日(木) 午後1時30分～午後4時

場所 サウナカフェumikko

講師 石田万梨奈氏(onozucolor代表、キャリアコンサルタント、あきたFF推進員)
吉野陽子氏(キャリアコンサルティング技能士2級、認定心理士、あきたFF推進員)

内容 家庭内でチームとなるために大事なコミュニケーション術、我が家の経営方針(価値観)明確化ワーク、圧縮できる家事育児のヒント

DAY
2

イライラ子育てから、のびのび子育てへ 自己肯定感を育むコミュニケーション講座

こんな方におすすめ!



子どもにがみがみ叱ってしまい自己嫌悪...

仕事で疲れて子どもにイライラ

帰ったらもう寝る時間で子どもと話せていないかも

共働きで時間が十分に取れず、イライラしてしまうことはよくあること。時間が取れないからこそ、子どもと向き合う質を高めたいものです。これからの時代に必要な子育ての視点をご紹介します。

日時 11月21日(金) 午後1時30分～午後4時

場所 サウナカフェumikko

講師 吉野陽子氏(キャリアコンサルティング技能士2級、認定心理士、あきたFF推進員)

内容 これからの時代に必要な子育ての視点、心理学をベースにした子育てコミュニケーション術



吉野陽子氏



石田万梨奈氏

●申込み 右記QRコードより、
フォームへ入力してください。

申込締切 DAY1: 10月20日(月)
DAY2: 11月17日(月)



●問合せ 八峰町企画政策課 ☎0185-76-4603