



今ここからワタシにプラス

Coco+

ココプラス、始まります!

知識と、発見、新しい出会い。
ホッとする空間で自分のためのひとときを。
ぜひお気軽に、ご参加ください。

学ぶ

自分を知る

出会う

Coco+ (ココプラス) とは?

月に数回、「豊田市女性しごとテラス『カプチーノ』」にて開催する、女性のための学びとつながりの場です。わたしがちょっと元気になるためのミニセミナーとお茶で、自分のための時間を過ごします。講師の人生ストーリーや参加者同士の語りいで、たくさんの生き方に触れながら「わたしらしさ」を発見していきます。今、ココから新しいワタシをプラス。自分のためのちょっと贅沢なひとときを、一緒に過ごしませんか?

開催場所

豊田市女性しごとテラス
『カプチーノ』
豊田市若宮町1-57-1
A館 T-FACE 9階
(豊田市駅前松坂屋上階)

キラッ☆とよた (とよた男女共同参画センター)

〒471-0034 豊田市小坂本町1-25 豊田産業文化センター 2階
✉ clover@city.toyota.aichi.jp 🔍 <http://clover-toyota.jp/>

※開催場所はこちらではありません。

お申込み、お問い合わせはこちらまで



(0565)-31-7780

受付時間 9:00~17:00 月曜日休館(祝日は開館)

女性のためのマインドアップセミナー 年間27講座を予定しています！

Coco+ セミナー開催予定一覧(前期)

ココプラス

開催時間 10:30~11:30

開催場所 豊田市女性しごとテラス『カプチーノ』

豊田市若宮町1-57-1 A館 T-FACE 9階 (豊田市駅前松坂屋上階)

参加費
各500円

No.	日程	タイトル	講師	概要
1	6/20(水)	アドラー心理学 勇気づけの子育て	津村 美紀 日本アドラー心理学会認定 家族コンサルタント	叱るでもなく、褒めるでもない、勇気づけの子育てのはじめの1歩を、ワークを通して考えます。
2	6/27(水)	「聞く」だけで人生が変わる！ コミュニケーションのコツ①	西尾 果小里 WLB コンサルタント	コミュニケーションは人との関わり方の姿勢です。身近な人間関係をより良くするためのコミュニケーションのコツを考えましょう。
3	7/4(水)	大人のたしなみ ていねいな文字	水野 愛 秘書技能検定準1級 WLB サポーター	文字は意識を向けて書いていくことで、少しずつ整っていきます。様々な機会的印象アップできるきれいな文字を楽しく書いてみませんか。
4	7/13(金)	アドラー心理学で 私も勇気づけ	津村 美紀 日本アドラー心理学会認定 家族コンサルタント	勇気づけるのは子どもだけではありません。お母さんも自分の勇気づけを上手になりましょう。
5	7/18(水)	楽しい個性心理学 (動物占い)	大内 さとえ 個性心理学認定講師	個性心理学(動物占い)を通じて人間関係の悩みを解消しましょう。
6	7/25(水)	身近な人間関係を良くする コミュニケーションのコツ②	西尾 果小里 WLB コンサルタント	コミュニケーションは人との関わり方の姿勢です。身近な人間関係をより良くするためのコミュニケーションのコツを考えましょう。
7	8/3(金)	アドラー心理学で 自分の感情と向き合う	津村 美紀 日本アドラー心理学会認定 家族コンサルタント	怒りやイライラ、不安などのマイナスの感情は、我慢するだけではなくなりません。感情と向き合う方法を見つけましょう。
8	8/8(水)	幸せはどこにある？ (ポジティブ心理学)	金指 朋代 キャリアコンサルタント	幸せだと思うことで、すべてうまくいく！みんなで語り合っ、さらに幸せになりましょう。
9	8/17(金)	家事の効率化に役立つ！ 家電の基礎知識	木本 真実 WLB コンサルタント	面倒な家事は家電に任せて、余った時間を使って充実した毎日を過ごしましょう！
10	8/22(水)	あの人、我が子は宇宙人？ タイプの違う人とどう付き合う	椋島 貴子 キャリアコンサルタント	自分とタイプが違う人の理解が難しく、“どう付き合えばいいかわからない”と困っている人に。

託児の有無は回によって異なります。ホームページやお電話にてご確認ください。

