

輝く女性のキャリア & マインドアップセミナー「éclat (エクラ)」

# éclat

エクラ

— 誰もが持つ輝きを外へ —



éclat (エクラ = 輝き) は、自分自身の輝きを思い出す場所、そして、それを外側に出して自分や周りを照らしたい人のための場所です。人は誰でも、その人固有の輝きを持っています。あなたの内側にある輝きは、どんな形をしていますか？

夏の部 5月6日(金) 10:00 受付開始

## éclat (エクラ=輝き) について

- ◆ 学び、交流し、自分の輝きと出会う。 大人の女性のためのセミナーです。
- ◆ 働いている人も、働いていない人も。 どのセミナーにも参加できます。
- ◆ 好きな時に好きなだけ。 年間30回。すべてのセミナーが単発でお申込できます。
- ◆ 大切な、ひとりの時間。 託児があります。(¥500/回、人数制限あり) ※1
- ◆ 自分にあったアドバイス。 講師に相談ができます。(希望者のみ、回数制限あり) ※2

※1 社会状況により無い場合もあります。 ※2 対象外のセミナーもあります

人は誰もが、その人固有の輝きを持っています。éclat で一緒に見つけないか？

お申し込み・お問い合わせ

NPO法人ブルーバード (éclat 事務局)

<https://bluebird.or.jp/> MAIL : [info@bluebird.or.jp](mailto:info@bluebird.or.jp) TEL : 0565-77-6910

この事業は、豊田市から委託を受けてNPO法人ブルーバードが実施しています。



## 2022年度 éclat (エクラ) 夏の部 講座一覧

土曜開催 10:00~11:40			
日にち	講座名	講師	内容
6/4 土	アドラー心理学で 自分の感情と上手に付き合おう	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、不安等のマイナスの感情は我慢するだけでは なりません。自分の感情の使い方に気づき、相手との協力的 な関わりを考えます。
6/18 土	リーダーシップ① 周りが動き出すコミュニケーション	西尾 果小里 NPO法人ブルーバード 代表理事	職場のリーダーになった、後輩ができた、でも、うまく動けない …。リーダーなら誰もが通る道です。チームを動かすコツを考え ましょう。
7/2 土	もう自分を後回しにしない! ～賢く楽しむ資金計画～	田岡 みゆ紀 2級ファイナンシャル プランニング技能士	お金がない、自分是我慢…となりがちな方へ。 少しの工夫と考え方で、生き方の幅は広がります。自分にも優 しいお金の使い方を考えましょう。
7/16 土	マナーを味方に① ～マナーで広がるあなたの可能性～	水野 愛 ビジネスマナー研修講師	マナーとは、相手を思いやる心そのものです。届く対応ができる ための2回講座。基礎からやさしく学び直し、丁寧に深めます。

木曜開催 10:00~11:40			
日にち	講座名	講師	内容
6/9 木	わが子は宇宙人? タイプの違う人とどう付き合う	椛島 貴子 キャリアコンサルタント	子どものことが理解できなくて困ることがありますか?自分と はタイプの違う人を理解し、良い関係を築くための方法を一緒 に考えていきましょう。
6/23 木	働こうかな?と思ったら ～私のための就職準備～	津村 美紀 キャリアコンサルタント	そろそろ働きたいけれど、いろいろ考えると不安が膨らんでし まいます。まずは自分の気持ちを整理し、再就職に向けて一歩 踏み出しましょう。
7/7 木	起業①好きをシゴトに! やりたいことを見極める	西尾 果小里 NPO法人ブルーバード 代表理事	私はどんなことをどれくらいの規模でやりたいの?自分の事は 自分が一番わからないもの。参加者同士の交流と学びで「やり たい」を探ります。
7/14 木	しあわせ体質のはぐくみ方① ～自己理解から始めよう～	堀米 恵 日本アドラー心理学会員	一番身近な自分を、学びとワークでもう一段深く理解し、しあわ せ体質の土台となる安心感を手に入れましょう。

曜日 木曜日・土曜日

時間 10:00~11:40

対象 市内在住・在勤の女性

定員 各20名

参加費 500円

場所

とよた男女共同参画センター キラッ☆とよた  
〒471-0034  
豊田市小坂本町1-25 (豊田産業文化センター2階)

年間30講座! 占い&交流会も♪

秋の部以降もたくさんの講座や交流会を開催します。

講師による個別相談会も多数実施。

詳しくはホームページをご覧ください。

NPO法人ブルーバード (éclat 事務局)

<https://bluebird.or.jp/> MAIL : [info@bluebird.or.jp](mailto:info@bluebird.or.jp) TEL : 0565-77-6910

この事業は、豊田市から委託を受けてNPO法人ブルーバードが実施しています。

