

2022年度 éclat(エクラ) 秋の部 講座一覧

土曜開催 10:00~11:40

日にち	講座名	講師	内容
9/3	頑張る私をゆるめよう♪ 自分でできる心と体の整え方	堀米 恵 日本アドラー心理学会員 さとう式リンパケア 上級インストラクター	仕事に家庭に育児に・・・つい頑張り過ぎて、気づくと疲れを溜めていませんか?心と体は繋がっています。仕組みを知り、簡単なセルフケアで自分をほぐしていきましょう。
9/17	リーダーシップ② 職場の課題解決	西尾 果小里 NPO法人ブルーバード 代表理事	職場で日々立ち上がる様々な課題。リーダーとして解決しなければいけないが、やり方がわからない、遠慮してしまう等に対し、実際の課題を持ち寄り考えます。
10/1	女性が組織で能力発揮 ～自分らしさを見失わない仕事術～	安藤めぐみ キャリアコンサルタント	男性中心の企業社会で、誰も教えてくれなかった女性の働き方・コミュニケーション・立ち位置など、自分らしく生き抜くためのヒントをお伝えします。
10/15	マナーを味方に② ～仕事はマナーでもっと楽しくなる～	水野 愛 ビジネスマナー講師	仕事のマナースキルを磨くための学びの場。ワークや交流を通して具体的に!楽しく!深めます。

木曜開催 10:00~11:40

日にち	講座名	講師	内容
9/8	本気でわたしらしく生きる!①	梶島 貴子 キャリアコンサルタント	今の生き方にモヤモヤする、もっとわたしらしい生き方を探したい方へ。人間の心理メカニズムを紐解きながら、自身の未来を変えていくコツを考えていきます。
9/22	起業②好きをシゴトに! ～周りに応援されて進む～	西尾 果小里 NPO法人ブルーバード 代表理事	進み始めると、周りに反対されたり、孤独に頑張って疲れてしまったりすることもあるかもしれません。周りが喜んで力を貸してくれる秘訣について考えます。
10/6	アドラー心理学で 子どもの個性を伸ばす	津村 美紀 キャリアコンサルタント	子どものいいところに声をかけたいと思いながらも、ついでいていないことに目がいてしまいがち…その子本来の輝く個性を見つめ直し、伸ばしましょう。
10/20	自分にエール ～筆ペンで自分に メッセージを書いてみましょう～	千葉 真由美 筆もじ屋SOU主宰 伝筆®協会認定講師	自分の一番の応援者は自分でいたい。そんな気持ちを筆ペンを使って表現してみませんか?難しいと思っていることも、楽しいに変えられる!そんな体験をお届けします。

時間 10:00~11:40

対象 市内在住・在勤の女性

場所 とよた男女共同参画センター キラッ☆とよた

曜日 木曜日・土曜日

参加費 500円/回

〒471-0034

豊田市小坂本町1-25

(豊田産業文化センター2階)



定員 各20名

託児 500円/回

年間スケジュール ■ 自己理解 ■ 仕事スキル ■ 家族 ■ マインド ■ 学び

土曜開催

■ 11月5日	仕事と私らしさ ①	金指
■ 11月19日	子どもの表現力	水野あ
■ 12月3日	リーダーシップ ③	西尾
■ 1月21日	仕事と私らしさ ②	金指
■ 2月4日	家族でチームになる	津村
■ 2月18日	リーダーシップ ④	西尾

木曜開催

■ 11月10日	しあわせ体質 ②	堀米
■ 11月24日	パートナーシップ	津村
■ 12月8日	本気でわたしらしく ②	梶島
■ 1月26日	身近なDVを考える	水野み
■ 2月9日	しあわせ体質 ③	堀米
■ 3月2日	本気でわたしらしく ③	梶島



古いセミナー&交流会

éclatのセミナー参加者のみが参加できます。

第1回目:11月27日

第2回目:3月11日

※こちらは対象者のみに詳細をご連絡いたします。

NPO法人ブルーバード (éclat 事務局)

<https://bluebird.or.jp/> MAIL : coco@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。



講座
申し込み

