



①10月17日(木) 10:00～12:00

出張! 女性のための働き方セミナー

プレ・シングルマザーのためのお仕事相談カフェ

これからの生活のため働こうと思っているが、不安がいっぱい! カフェでご自身の問題を整理しませんか? 経験豊富な講師と共に少人数で情報交換しながらあなたの未来を考えましょう。

講師: 中野 冬美 (ひとり親家庭相談員・キャリアコンサルタント)

定員: シングルマザー、これからシングルマザーになるかもしれない人 8人

参加費: 無料

⑤11月16日(土) 13:00～15:00

市民企画講座

思春期の子どもと「もっと話をしたい」と思った時の聞き方、尋ね方講座

コミュニケーションが難しくなる思春期の子どもとの信頼関係を築く対話術を学びます。

講師: 中田 豊一 (認定NPO法人 ムラのミライ代表理事)

企画グループ: 子育てネットワーク西宮

定員: おおむね10歳以上の子を持つ親、子どもに関わる活動をされている人 30人

参加費: 無料

②10月25日(金) 10:00～12:00

女性のための就労支援講座

働く前に知っておきたい! 求人票の見方

仕事を探すときに重要な情報源である求人票。つい、待遇面ばかりみて、他の部分を読みとばしていませんか? じっくり読み解きましょう。

講師: 惣木 美穂子 (ハローワーク西宮 就職支援ナビゲーター)

定員: テーマに関心がある女性 20人

参加費: 無料

⑥11月28日(木) 18:30～20:00 (予定)

働く女性のための夜活

今度こそ使いこなしたい! ～楽しく続ける手帳術(仮題)

仕事や家庭などでたくさんの役割を担って、自分の時間を作るのに四苦八苦していませんか。手帳を買っても使い方がワンパターンになっていて活用しきれないと思っている人のためのワンランクアップ講座です。

講師: 森 淑子 (女性の夢を叶える手帳コーチ)

定員: テーマに関心のある女性 15人

参加費: 500円

③11月2日、9日、16日(土) 13:00～15:00

働く女性のための自己主張トレーニング(全3回)

11/2 私のコミュニケーションパターンを知る

11/9 アサーティブなコミュニケーションを体験!

11/16 自己主張を妨げているのは何?

講師: 楠神小夜子、小松明子 (フェミニストカウンセリング京都)

定員: テーマに関心があり、3回出席できる女性 15人

参加費: 1500円(全3回分)

⑦12月14日(土) 13:30～15:30

「女性に対する暴力をなくす運動週間」記念講演会 バッシングしても終わらない～家庭の中の暴力 を見つめて(仮題)

DVと児童虐待が密接に関係していることが、最近取り上げられるようになりました。見えにくい家庭の中で起こる暴力。どうすれば助けることができるのか考えます。

講師: 杉山 春 (ルポライター)

定員: テーマに関心がある人 40人

参加費: 無料

④11月9日(土) 14:00～16:00

シングルマザーズ・カフェ

シングルマザー同士、肩の力を抜いて、話して、聞いて、情報交換するカフェタイムです。

ファシリテーター: ウェーブ情報アドバイザー

定員: シングルマザー・これからシングルマザーになるかもしれない人 10人

参加費: 無料

●すべて託児付です!

●講座・託児ともご予約ください。

●講座のタイトル、時間など詳細が変わることがあります。お申込み前に個別チラシ、HP、facebookなどでご確認ください。

●お申込み・お問い合わせは裏面をご覧ください。

●ウェブでは、講座の他、各種相談、図書の閲覧、貸出をしています。ご利用ください。

女性のための相談室

どんなことでもひとりで悩まないで、気軽に相談室を訪ねてください。相談はすべて無料、秘密厳守です。

*年始・年末・祝日・休日はお休みです。

*詳細はお問い合わせ下さい。

電話相談（女性のカウンセラー）

<直通>0798-64-9499

月・木曜日（1回40分程度）

10:00~12:00 / 13:00~16:00

面接相談（女性のカウンセラー）

<予約電話>0798-64-9498

火・水・土曜日（1回50分/要予約）

10:00~12:00 / 13:00~16:30

法律相談（女性の弁護士）

<予約電話>0798-64-9498

第3金曜日（1回30分/要予約）

14:00~17:00

女性のためのチャレンジ相談

女性の再就職や起業、地域貢献などの幅広いチャレンジを応援します。

*詳細はお問い合わせ下さい。

*託児付き（1歳半~就学前まで）

面接相談（女性のキャリアコンサルタント）

<予約電話>0798-64-9495

第2火曜日 10:00~12:00（偶数月）

第3水曜日 13:00~16:00（奇数月）

（1回50分/要予約）

図書・資料コーナー

男女共同参画、ジェンダー問題や女性のためのさまざまな情報、資料を収集し、提供しています。

■閲覧時間 9:00~22:00

（年末・年始 特別資料整理期間を除く毎日）

■貸出受付時間 月~土曜日 10:00~17:15

（年末・年始・休日・祝日、特別資料整理期間を除く）

《講座の申込方法》各講座のしめきりは講座開催日の前日までです。◆電話、FAX、eメール、またはウェブ窓口でお申し込みください。
①講座名②お名前(ひらがな) ③電話番号④年代⑤託児を希望の方はお子さんの名前(ひらがな)、年齢をお知らせください。原則、講座、託児ともに先着順。定員になり次第受付をしめきります。◆西宮市在住・在勤以外の方でも受講できます。ただし、希望者多数の場合は市内の方が優先になる場合があります。◆有料講座の場合、お支払いいただいた受講料等は返却できませんのでご了承ください。◆FAXでのお申込みはウェブから返信させていただきます。送信後3日間、返信がない場合はお手数ですがご連絡ください。

《気象警報等による講座中止について》西宮市において震度5弱以上の地震が発生した場合及び、午前8時現在気象警報（暴風・大雨・洪水・大雪のいずれか）が発令又はそれ以降講座開始時間までに発令された場合、講座は中止します。午後の開催講座についても西宮市において震度5弱以上の地震が発生した場合及び、講座開始2時間前に気象警報（暴風・大雨・洪水・大雪のいずれか）が発令中、又はそれ以降講座開始までに発令された場合、講座は中止します

注！！ウェブから個別にご連絡いたしませんので、各自で十分にご注意ください。

お申込み
お問い合わせ

西宮市男女共同参画センター ウェーブ

◆申込み受付時間 9:00~17:15（月曜日~土曜日）

*年末・年始・祝日は除く

〒663-8204 西宮市高松町4-8 プレラにしのみや4F

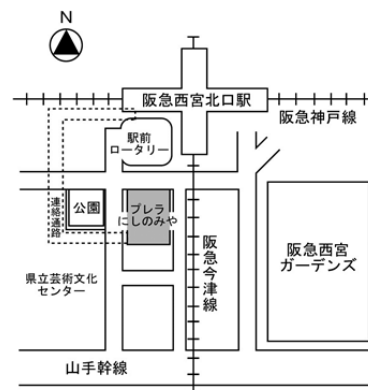
T E L / 0798-64-9495 F A X / 0798-64-9496

*おかけ間違いのないようお願いします。

eメール: vo_jyosei@nishi.or.jp

★facebookでも情報発信しています。

<https://www.facebook.com/nishi.wave/>



阪急西宮北口駅 南改札口から約200m
西宮市男女共同参画センターウェブは
プレラにしのみやの4階です