

働く女性の仕事力アップ！

仕事とプライベートのバランスを保つには、タイムパフォーマンスを上げて、仕事を効率よく進めることが大切です。そのための工夫や方法を、ワークを交えて実践的に学びます。私らしく働ける環境を整えましょう。



第1回

12/2(土) | 自分も相手も傷つけない
コミュニケーション
14:00-16:00

相手に誤解を与えずに自己表現をし、仕事を円滑に進める方法を学びます。「言いたいことがうまく言えない」「年上の人に遠慮してしまう」「断るのが苦手」など、自分の意見を呑み込んでしまうことはありませんか。上手な自己主張の方法を身につけて、仕事力アップをめざしましょう。



会話の泉 事務局長
コミュニケーション・サポーター
横山 由紀子 さん



第2回

12/9(土) | モノの整理整頓で
思考の整理
14:00-16:00

整理整頓を学びながら判断力を鍛え、思考の整理をしましょう。デスクの回りが片付かない...。そんな方は「何をどうするか？」が整理できていないかもしれません。「いつも判断に迷う」「仕事の段取りがうまくいかない」など困っていませんか。さらにタイムパフォーマンスを上げたい方、働きがいを感じたい方、ぜひご参加ください。



THプランニング 代表
整理収納アドバイザー
長谷川 つぐみ さん



☒ 対 象 テーマに関心のある方
☒ 定 員 各30名 ☒ 持ち物 筆記用具
☒ 会 場 **クレオ大阪南** (大阪市立男女共同参画センター南部館)
 〒547-0026 大阪府大阪市平野区喜連西6-2-33
 TEL: 06-6705-1100 FAX: 06-6705-1140
 大阪メトロ谷町線「喜連瓜破」駅①出口より徒歩約5分



一時保育あり(要申込)

保育料: 1歳～2歳 800円/回
 3歳～就学前 500円/回
 申込締切 第1回: 11/22(水)
 第2回: 11/29(水)



お申込みについて

- ◆どちらか一つだけでもお申込みいただけます
- ◆どちらもグループワークを含んだプログラムです
- ◆お申し込みの際に受講動機をご記入ください