

しんぐるすたいる カフェ

～ゆるゆる話そう！今とこれからの自分スタイル～

「しんぐる（単身）あるある」について、みんなでおしゃべりしませんか。みんなどうしているのか、気になるあれこれ、住まいや老後、私の「これから」に備えるための情報収集や人脈づくり…など。

しんぐるといっても、背景はいろいろ。

「今」と「これから」の自分スタイルを一緒に見つけていきませんか。

◆会場 クレオ大阪子育て館

(Osaka Metro 堺筋線・谷町線、阪急千里線「天神橋筋六丁目」駅③号出口から連絡)

◆対象 単身の女性

◆定員 20名(事前申込先着順)



【日時とテーマ・全2回】

回	日程	時間	テーマ	講師
1	令和8年 9月23日 (水・祝)	10:30	おしゃべり会 ～住まい・老後・く らし…しんぐるある ある～	竹本 記子 さん (ナラティブエナジー 代表) 「動くパワースポット」がキャッチフレーズ。企業・行政・教育・地域にて、ファシリテーションを活用し、違いを前提とした対話の場づくりを行なっている。モチベーションアップ、DEI推進、キャリア開発、コミュニケーションなど、ヒューマンスキル研修・ワークショップの企画・運営を手がける。人と人の関わりからシナジーとエナジーを生み出し、響き合う場をつくることで、いのちに大切な意義ある選択ができる社会をめざして活躍中。
2	10月11日 (日)	12:00	私の「これから」 に備える ～情報収集・活用・ 人脈作り…しんぐる あるある～	殿村 美知子 さん (SSN おひとりさまネット 代表) SSN おひとりさまネット代表。広告制作業を経て、2014年から「おひとりさま幸齢学」活動に取り組む。子どもがいない、あるいは家族がいても自立した意識で、というおひとりさまのシニアライフを豊かにするための、各種セミナーや会員対象の定期勉強会、相談会、仲間づくりなどの活動を行っている。



◆申込方法 ホームページ (QR コード) または電話、窓口からお申込ください。

【開催場所・お問合せ】

クレオ大阪子育て館

(大阪市立男女共同参画センター子育て活動支援館)

住所：〒530-0041 大阪市北区天神橋 6-4-20(7 階)

電話：06-6354-0106 FAX：06-6354-0277

URL：https://www.creo-osaka.or.jp/north/

開館時間：平日 10 時～21 時 土・日・祝日 10 時～17 時

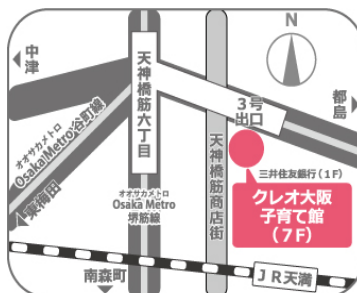
休館日：年末年始 (12/29～1/3)

※個人情報の取り扱いについて

取得した個人情報は本事業の事務のために使用し「個人情報保護法」に基づき適正に管理します。

主催：大阪市立男女共同参画センター子育て活動支援館

指定管理者：大阪市男女共同参画推進事業体 (代表者：大阪男女いきいき財団)



クレオ大阪 講座申込システム
(講座名を入力してください)