

今日からできる 自分時間のつくり方

見直そう！仕事と家庭とあなたの時間



毎日時間に追われている感じ…
いつも仕事、家事で手一杯…
そんなあなたに、
仕事や家庭をバランスよく見直して、
充実した日々にするための
お役立ちセミナーです！



日時: **2月2日(日)** 午後 **2時~4時**

場 所: 尾西生涯学習センター (一宮市役所尾西庁舎東館)
5階会議室A・B

講 師: **菅田 芳恵** 氏 (社会保険労務士)

対 象: 市内在住・在勤の方

定 員: 40名 (先着・要申込) 受講料: 無料

託 児: あり (無料) (1歳半~就学前児童:定員6名)

(1月20日(月)までに事前申込要。希望者多数の場合抽選)

申
込
み

電話(0586)28-8952 または、FAX(0586)73-9128 または、
E-mail: kikakuseisaku@city.ichinomiya.lg.jp にて

1月20日(月)までに、一宮市企画政策課へお申込みください。

(裏面に申込用紙の様式などがありますのでご利用ください)

※FAXで申し込まれる方は、この申込書をご利用ください。

一宮市企画政策課行 FAX:0586-73-9128

参加申込書 男女共同参画推進セミナー 2月2日(日) 「今日からできる、自分時間の作り方」	
参加者氏名 (ふりがな)	
ご住所 〒 -	電話番号 - -
＜託児を希望される場合のみ＞ (ふりがな) 子ども名前 性別 男・女 生年月日 平 . .	

※メールで申し込まれる方は、次の内容を入力し、送信してください。

(件名) 男女共同参画推進セミナー申込

(本文) 氏名(ふりがな)・郵便番号・住所・電話番号

【託児をご希望の場合】

お子さんのお名前(ふりがな)・性別・生年月日

託児の抽選結果は
○切後お知らせ
します。

E-mail: kikakuseisaku@city.ichinomiya.lg.jp まで

※お電話 (TEL28-8952) でも受け付けています。

場所 尾西生涯学習センター(一宮市役所尾西庁舎内)
一宮市東五城字備前12 TEL0586-62-8333

