

★リアル&オンライン同時開催！

★お子様と一緒に参加OK♪

(リアル参加は見守り保育つき)

★交流会+ミニセミナーつき

(詳細は裏面記載)

# 働き始める前の もやもや おしゃべりして解消！

**対象** 1歩踏み出したいすべての女性

- ・働き始めようかどうか悩んでいる
- ・仕事と家庭生活の両立が不安
- ・今すぐにでも働きたい・いつかは働きたい
- ・何から初めて良いかわからない



## 働きたい女性のための おしゃべり交流会

**時間** 10:30~11:30

**定員** 15名

**参加費** 無料 ※要事前予約

**開催場所** はたらコーデわかやま & ZOOMオンライン

**お申込**



← QRコードからWeb申し込み  
<https://x.gd/8CHY0> もしくは  
お電話にてお申し込みください  
073-421-8080

### 《スケジュール》

2023年	2024年
10月27日(金)	1月26日(金)
11月24日(金)	2月16日(金)
12月22日(金)	3月22日(金)

ミニセミナーでは  
「仕事」と「家庭生活」  
「健康」「自己分析」など  
女性のための  
様々なセミナーを  
実施します！

お問合せ・個別相談のご予約はこちら



 わかやま就職支援センター  
**はたらコーデわかやま**

働きたいあなたを、とことん応援いたします！

TEL **073-421-8080**

〒640-8033 和歌山市本町1-22  
Wajima本町ビル3階(紀陽銀行向かい)  
FAX:073-424-0230  
ご利用時間:9:30~18:00(毎週火曜日、祝日、年末年始を除く)

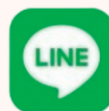
センター案内  
イベント情報は  
こちらから



ホームページ



アカウント名「はたらコーデわかやま」



# 働きたい女性のためのおしゃべり交流会

## ミニセミナー内容

2023年  
10/27  
(金)

### 「似合う色を見つける ミニミニ講座★」

最近この色、気になるな～。  
同じ色ばかりに目がいっちゃう。  
色で分かるあなたの深層心理。  
自分の心を知って、もっと毎日を楽しくハッピーに  
過ごしましょう♪

※持ち物 筆記用具

講師：景山 真里 ホッピング登録ママ講師®  
カラーセラピスト ten ten 花

2023年  
11/24  
(金)

### 「ツボでストレスマネジメント」

ツボを使ったセルフマッサージを紹介。  
ストレス緩和や、肩こりの解消法を学べます。  
立ち仕事の方やたくさん歩く方、お子さんの抱っここの多  
いママ向けの足のケアも伝授します！  
ストレスとうまく付き合いましょう！

※持ち物 つまようじ、綿棒

講師：まさ鍼灸院 院長 樋川マサ

2023年  
12/22  
(金)

### 「『こころ』と『からだ』を つなぐ足もみ」

『こころ』と『からだ』はつながっています。  
『からだ』の不調は、身体のみの問題としてとらえてしま  
いがちですが、『こころ』も『からだ』の症状に現れ  
ます。普段は『からだ』の症状がでると、少しでも楽に  
なりたくて薬に頼ってしまうかもしれません。ただ、そ  
の場で症状を抑えるだけでなく、自分自身と向き合う手  
段としての足もみをお伝え出来たらと思います。

※持ち物 筆記用具

講師：柿田 満沙弥 ホッピング登録ママ講師®  
紘佑-chuyu-

2024年  
1/26  
(金)

### 「幸せな将来にはいくら必要？ 今から始める 『将来のお金のもらい方と貯め方』」

将来への備えて、どう準備したらいいかわからず、  
なんとなく不安…。その「なんとなく」は見えないから  
不安なのです！  
今のうちから整理して、今できることから少しずつ始め  
てみませんか？

※持ち物 筆記用具、配布資料

講師：北村 由紀 ホッピング登録ママ講師®  
ファイナンシャルプランナー  
FP officeふわり

2024年  
2/16  
(金)

### 「肌タイプを知ろう」

肌タイプの見分け方や、肌悩み別お手入れ方法について  
のお話をします。  
また、お手入れ方法によって肌状態に差が出ますので、  
短時間でもお肌をいい状態にできるお手入れ方法をお伝  
えます。

※持ち物 筆記用具

講師：吉野 未江子 ホッピング登録ママ講師®  
エステティシャン  
esprit.clair

2024年  
3/22  
(金)

### 「家庭や仕事の人間関係 スッキリセミナー」

こどもや家族、相手のことを優先して、どこか自分を犠  
牲にしている…。「なんで？」「どうして？」理解でき  
ない相手の行動も、「脳の働き」をもとにした選択理論  
を通して、よりよい人間関係を築くヒントが学べます。  
職場の悩みの第一位は人間関係！？自分と相手の「何」  
が違うことで人間関係に問題が起きるのを知っておく  
ことで、よい人間関係が築けるようになり、就職にも、  
その先の仕事をする上でも役立ちます！

※持ち物 筆記用具

講師：小佐田 裕美 ホッピング登録ママ講師®  
わかやまエデュケーションシステム代表

選択理論心理士

10:30～11:30

交流会30分

ミニセミナー30分

最後にアンケート入力

「ママ講師®」名称はNPO法人ホッピングの商標登録です。