

セミナー報告

ワーク・ライフ・バランス応援シリーズ ビジネスマナーブラッシュアップ講座



令和4年3月5日(土)
講師：内野 しのぶさん
(Smile Stage 代表)

人間関係をよくする話し方として、尊敬語、謙讓語の使い方などを教えていただきました。その後、実際に電話対応の練習をしました。

《アンケート》

- ・実際にやりとりを体験できて、身についたことが多く、大変、役に立ちました。相手への心遣い、大切ですね。電話対応、早速活用できたらと思います。



今から始める iDeCo (イデコ) と NISA (ニーサ) ～知ってトクする投資や運用のお話～



令和4年4月23日(土)
講師：渡邊 有子さん
(マイライフエフビー®認定講師)

iDeCo (イデコ) と NISA (ニーサ) について詳しく教えていただきました。また、投資のポイントについても教えていただきました。

《アンケート》

- ・分かりやすい説明でとても良かったです。投資の話まで聞いて良かったです。
- ・投資、運用について入り口の知識を得ることは出来たかな? と思います。今後自分で色々情報収集して投資を始めようと思いました。
- ・すごく分かりやすくて、始めようと思いました。

いずみさの女性センターで開催した講座です。
(令和4年3月～令和4年6月)

男性向け料理講座 小学生・中学生も大歓迎!! 「ハンバーガーをつくってみよう!」



令和4年3月13日(日)
講師：神田 貴子さん
(女と男のクッキングナイト)

ハンバーガー、コーンスープ、デザートでナティージャをつくりました。

《アンケート(大人)》

- ・帰って家で作れば、妻、子どもが喜んでくれると思います。
- ・また、参加したいと思います。

《アンケート(小・中学生)》

- ・楽しかったし、料理もおいしかったです。
- ・料理は、ひと手間かけるとおいしくなると知った。



小学生も大歓迎!!

男性向けストレッチ&ヨガ(全2回) ～おうちでもできる♪心と体の整え方～

① 令和4年5月22日・29日(日)

講師：山崎 浩子さん(日本総合ヨガ普及協会指導師)

② 令和4年6月9日・23日(木)

講師：丸橋 温恵さん(日本総合ヨガ普及協会指導師)



山崎先生



丸橋先生



身体のゆがみを直すためのストレッチやヨガを体験しました。呼吸に気を付けて、無理せずに自分のペースで行いました。

《アンケート》

- ・自分の体の硬さ、クセを改めて認識できました。
- ・体が軽くなりました。
- ・自分の体に興味を初めてもてた。

令和4年度男女共同参画週間(6月23日～29日) キャッチフレーズです!

「あなたらしい」を築く、「あたらしい」社会へ



「男だから」「女だから」といった性別役割意識にとらわれず、個性と多様性を尊重し、自身の可能性を信じて誰もが生きがいを感じられる社会を実現していくきっかけとなるキャッチフレーズです。