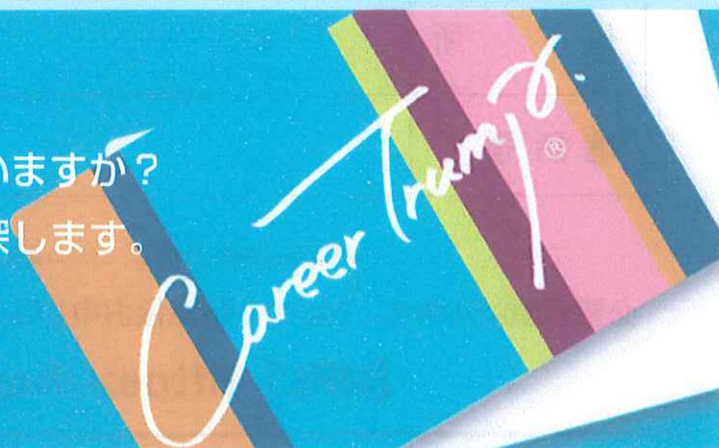


# 自分のフレーム(枠)を 広げよう

キャリアランプ®を使った講座です。  
あなたはどんなフレームで出来事を見えていますか？  
ゲーム感覚で素直でありのままの自分を探します。  
そして新しいフレームを見つけ、  
前に進む行動を手に入れましょう。



キャリアランプ®はゲーム感覚で「言葉」を通じて  
心のエピソードを引き出すことができます

**2月22日 水 10:00 ~ 12:30**  
(受付 9:40 ~)

場 所：みんなの森メディアコスモス 踊るスタジオ

受講料：¥3,000

講 師：女性活躍推進ナビゲーター  
キャリアランプ®認定講師 **伊藤 恵**

託児あり：¥1,000 / 集まるスタジオにて

申込方法：裏面申込用紙、または裏面記載のHPより  
お申し込み下さい。

おやつ  
レシピ付き！  
試食あり

やる気になる！



楽しくなる！



元気になる！



自分がわかる！



【主催】ほっぺの会

## 2月22日（水）自分のフレーム（枠）を広げよう参加申し込み

参加者名		生年月日	
託児される お子様の お名前	フリガナ	生年月日	
	フリガナ	生年月日	
住所	〒		
電話番号		メールアドレス	

保険に加入しますので、生年月日をご記入下さい。  
個人情報は適切に管理し、今後の講座のお知らせなどに使用させていただきます。目的以外には使用いたしません。

必要事項記入の上、faxまたは直接お申し込み下さい。ホームページからもお申し込みできます。

【URL】 <https://hoppe-no-kai.jimdo.com/>

### 【参加・託児申し込み締め切り】

2月17日（金）までにお申し込み下さい。

但し、定員となり次第締め切ります。

### 【託児のご利用について】

- 参加お申込みされる時に、必ず託児をお申し込み下さい。（当日はお受けできません。）
- 保育料は **1人あたり1000円**です。（保険料込み・2人目は割引あり）
- 事前加入の保険適用外に関する費用や損害賠償等の費用については一切補償はできません。
- 託児はメディアコスモス **あつまるスタジオ**にて託児をします。**9:30から**受付ますのでお子さまを預けてから、ご参加下さい。
- お子様のお茶、軽食、おむつ、**だっこひも**等必要な物をご持参下さい。
- 当日別紙託児申込書（HPからダウンロード又は当日記入のうえ）をご提出いただきます。

※参加及び託児のキャンセルは、**開催2日前**よりキャンセル料が生じますのでご了承ください。

### 講師紹介

## 伊藤 恵



子供のアトピー性皮膚炎改善のため、栄養学を中心に食に関する学びを深める。

“食べることは生きること”

人は誰もが食の大切さを知って欲しいと食育活動に専念する。

人材開発育成講師 吉居理奈子氏と出会い、キャリアトランプ体験をしたことで、自分らしさに自信がもて、2010年食育ほっぺの会を発足。

ほっぺの会代表として健康な心と体づくりを支援し、夢実現・活動応援をサポートしています。

ジュニアクッキングマイスター講座・食ナビゲーター育成講座・キャリアトランプ®ファシリテーター養成講座など活躍支援者育成にも力を注いでいます。

《保有資格》

キャリアトランプ®認定講師・女性活躍推進ナビゲーター・栄養士・食育指導士・日本総合医学会食養リーダー

【お問い合わせ先】 ほっぺの会  
〈ほっぺの会事務局〉

〒500-8076 岐阜市司町 40 番地の 5  
みんなの森ぎふメディアコスモス  
市民活動交流センター内 ブース 02

代表：伊藤 恵 TEL：070-5258-8746

受付：宇野 TEL：070-5332-8747

FAX：058-241-1181

【URL】 <http://hoppe-no-kai.jimdo.com/>