

ハートのサブリセミナー

# 気分上々♪ やる気のスイッチ



春！新生活！新しい環境に新しい出会い！  
しかしなぜだろう…しっくりこない気持ち…  
仕事場で、町内で、PTAで、新しい家族と、ママ友と…  
人間関係を上手くいかせたい、やる気を起こしたい  
そんなあなたにぴったりの講座です。

日時 2017 5/10 WED 10:00～12:30 〈受付9:45～〉

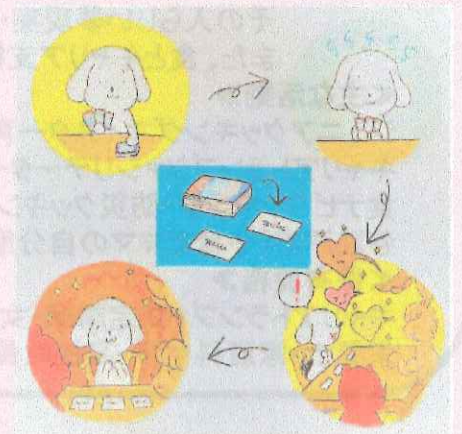
場所 みんなの森ぎふメディアコスモス  
おどるスタジオ

定員 20名

参加費 2,500円

持ち物 筆記用具

講師 キャリアランプ認定講師 伊藤 恵



キャリアランプ®を使って  
グループセッションをします。  
捉え方は色々あることを知り、  
前向きな気持ちを引き出します。

託児  
〈定員あり〉  
1,000円

♪ お申込み方法

裏面申込用紙、または  
裏面記載のHPよりお申込み下さい。

【主催】ほっぺの会

# 5月10日(水)ハートのサプリセミナー“気分上々♪やる気のスイッチ”

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。

ホームページからもお申し込みできます【URL】<http://hoppe-no-kai.jimdo.com/>

## 5月10日(水)ハートのサプリセミナー “気分上々♪やる気のスイッチ”

### 【託児のご利用について】

参加お申込みされるときに、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1,000円です。(二人目割引あり)  
 事前加入の保険適用外に関する費用や損害賠償の費用については一切補償はできません。  
 お子様のお茶、軽食、おむつ、抱っこひも等必要な物はご持参下さい。  
 当日、別紙託児申込書をご提出いただきます。(HPからダウンロード又は当日記入)

### 【参加・託児申し込み締め切り】

5月3日(水)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。  
 ※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

**2009年** 6年もの間、組織で悩んでいた時に人材開発育成講師の吉居理奈子氏と出会う  
 キャリアトランプセミナーで自分に自信が持て、自分らしい活動に挑戦。

**2010年** 参加者の声で、食育「ほっぺの会」を発足  
 開館からみんなの森ぎふメディアコスモスにブースを持ち、健康な心と体づくりを支援し、  
 その人らしい夢現実・活動応援をしている。  
 また、食とキャリア支援者の育成にも力を注いでいます。

#### 《主な活動》

ジュニアクッキングマイスター育成・食ナビゲーター育成・  
 キャリアトランプファシリテーター資格認定・  
 食ナビクッキング・防災クッキング・岐阜市コラボ講座2015年2016年開催・  
 各務原市「子育てママの自分磨き講座」2016年度後期担当 他

#### 《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・家庭科中学・高校教員免許



### 【申込・問い合わせ先】

〈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 FAX:058(241)1181  
 (受付:宇野) TEL:070-5332-8747

【URL】<http://hoppe-no-kai.jimdo.com/>

