

# ～ さあはじめよう！ 仕事と子育て両立実現 ～

＜開催報告＞

平成23年度 女性のための仕事と家庭の両立応援講座

開催日：平成23年11月11日（金）、18日（金）、25日（金）の3日間

場 所：奈良県女性センター



色んな出会いが  
人生を豊かにします。

【講師】 たきい ともみ  
Office ICB 代表 瀧井 智美 さん  
(龍谷大学非常勤講師)

【受講者の声】  
自分のことを知り、  
相手の気持ちを  
知ることがとても大切だと  
分かりました。

## 1日目：【講 義】

”自分の気持ち”、”これから必要なこと”を知りましょう！

- ・自分が変わらなければ、相手も変わらない。言葉や行動は変えられます。
- ・あきらめない気持ち、行動し続ける大切さを知りましょう。
- ・協力者不足はネットワーク作りで解消しましょう。

### 【受講者の声】

再就職の願望は強いのに、  
家庭・育児への不安があったが、  
自分を見直す良いきっかけとなり、  
見方や考え方が変わった。



### 【受講者の声】

不安から自信に変えられるよう  
再度自分というものを見直し、  
再発見していきたいです。

## 2日目：【自己分析をしてみよう】

”本当の自分”と”自分の強み”について知りましょう！

- ・これまでの振り返りから、新しい自分を見つけましょう。
- ・なりたい自分、私らしい目標を明らかにすることで行動すべき事柄が見えてきます。

## 3日目：【再就職実現者との交流】

実現者から学び、わたしの一步を考えよう！

(終了後、希望者のみ個別相談会を実施)

- ・両立実現者からの具体的なヒントを得ましょう。
- ・考え方を少し変えて、不安に負けない自分になりましょう。

### 【受講者の声】

再就職を考えている人たちが  
自分だけでなく、周りを知り、  
情報交換できたことが良かったです。

