

2018

10/9 (火)



10/19 (金)

—全7日間—

ガールズのしごと “ゆる〜り”準備講座

「小さいころから人間関係が苦手」
「なかなか仕事が長続きしない」
「今の状況を変えたい…」



そんな働きづらさや生きづらさを感じている、女性のための講座です。人や社会と安心してつながり、生きていくための一歩を、同じ悩みをもつ女性たちと一緒にゆっくり“ゆる〜り”探していきます。



* 対象・定員

15～39歳までの無職でシングル女性・30名
※ パートナーやお子さんのいる方は対象とはなりません。

* 参加費

3,500円 (全7日間/調理実習の材料費500円含む)
※ 減額制度を設けています。詳しくはお問い合わせください。

* 申込方法

別紙申込書を郵送、または持参してください。
※ 申込書は財団ホームページからダウンロードもできます。

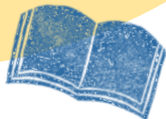
平成30年10月1日(月)必着

※ 応募多数の場合は抽選。

※ 10月2日(火)以降、全員に郵送で結果を通知します。

エル・ソーラ仙台で ちょっと一息

市民交流・図書資料スペース (アエル28F)では、「仕事」「心とからだ」といった様々なテーマの本の貸出を行っています。見晴らしも良いので、いつでもお立ち寄りください。



説明会あります

9/13(木)

エル・ソーラ仙台
研修室(アエル28F)

説明会 14:00 ~ 14:45

無料

講座のプログラム、担当スタッフ、会場などをご紹介します。
お申込を悩んでいる方、まずは説明会に来てみませんか？

ガールズカフェ 14:45 ~ 15:30

参加費 500円

説明会のあと、ゆったりお茶を飲みながらおしゃべりします。
カフェのみの参加もOK!

* 申込み・問合せ：仙台市男女共同参画推進センター エル・ソーラ仙台 管理事業課

TEL 022-268-8044 (平日9:00~17:00)

仙台市青葉区中央1-3-1アエル28F <http://www.sendai-l.jp/>

主催：公益財団法人せんだい男女共同参画財団

プログラム

会場

仙台市男女共同参画推進センター
エル・ソーラ仙台（アエル 28F）

※10/15のみ エル・パーク仙台 141ビル（仙台三越定禅寺通り館）5F

	10:30~12:00 (1時間半)	13:00~14:30 (1時間半)
10/9 (火)	オリエンテーション&ガールズカフェ	
10/10(水)	(ちょっと休憩)	
10/11 (木)	社会とわたし ~人のかかわり方、自分の守り方 (門間尚子さん/mia forza)	わたしを好きになるメイクアップ (資生堂ジャパン株式会社 仙台オフィス)
10/12 (金)	わたしのからだを大切に (竹田理恵さん/仙台青葉学院短期大学看護学科講師 /思春期保健相談士)	ガールズカフェ
10/13(土)	(ひとやすみ)	
10/14(日)		
10/15 (月)	元気のもと!かんたん朝ごはん (寶 日奈子さん/NPO法人グループゆう/管理栄養士) 調理したごはんを試食して13:30頃終了予定。 ※食物アレルギーのある方は申込書に記入してください。	
10/16(火)	(ちょっと休憩)	
10/17 (水)	ガールズカフェ	こころとからだほぐし (定行雅代さん/NPO法人みやぎダンス/ ゲシュタルト療法ファシリテーター)
10/18 (木)	わたしを見つめる~自立のための気持ちの整理 (後藤美枝さん/仙台市生活自立・仕事相談センター 「わんすてっぷ」)	ガールズカフェ~“はたらく”に向けて
10/19 (金)	次のステップへ~職場体験実習などの案内	ガールズカフェ~明日からのわたしを描く

これまでの講座に参加した先輩ガールズの声

- ▶ 人と話すことが苦手でしたが、回を重ねるごとに緊張がとけ、お話することが楽しくなりました
- ▶ 今の自分を大切にしながら、人との関わり方を学び、未来に目を向けられるようになりました

- ▶ 考え方が前向きになりました
学んだことを自信に変え、これからも出来るところから取り組んでいきたいです

- ▶ 講座期間中、規則正しい生活を送り
体力・気力に自信がつけました

ガールズのしごと“ゆる〜り”準備講座 受講申込書

2018年度

【郵送・持参先】〒980-6128 仙台市青葉区中央1-3-1 アエル28階 エル・ソーラ仙台 ガールズ講座担当 **10/1(月)必着**

ふりがな 氏名		学歴 <input type="checkbox"/> 中学 <input type="checkbox"/> 高校 <input type="checkbox"/> 大学以上 <input type="checkbox"/> その他 ()
	歳	<input type="checkbox"/> 卒業 <input type="checkbox"/> 中退 <input type="checkbox"/> 在学中 <input type="checkbox"/> その他 ()
エル・ソーラ仙台から連絡してもよい連絡先を書いてください。		
住所 〒 -		
電話番号(携帯電話可)		つながりやすい時間帯()
メールアドレス(携帯電話可)		@
いまの仕事の状況	<input type="checkbox"/> 働いていない <input type="checkbox"/> 働いている (どんな仕事で、週何回など)	
これまでに経験した仕事の内容・期間・立場 (現在に近いところから)	<input type="checkbox"/> 仕事をしたことがある <input type="checkbox"/> これまで仕事をしたことがない 1. (約 年 ヶ月、社員・派遣・パート・アルバイト・その他) 2. (約 年 ヶ月、社員・派遣・パート・アルバイト・その他) 3. (約 年 ヶ月、社員・派遣・パート・アルバイト・その他)	
仕事で不安なこと (いくつでも)	<input type="checkbox"/> 仕事につけるかどうか <input type="checkbox"/> 自分に合う仕事があるのか <input type="checkbox"/> 決まった時間に通えるか <input type="checkbox"/> 周りの人とうまくやっていけるか <input type="checkbox"/> 長い時間・期間 働けるか <input type="checkbox"/> 与えられた仕事をこなせるか <input type="checkbox"/> その他 ()	
講座の全日程(7日間)について	<input type="checkbox"/> 全日、通えそう <input type="checkbox"/> 通えると思うが、正直わからない <input type="checkbox"/> 通えるが、すでに欠席予定の日がある ()	
この講座に期待すること、不安なこと、応募動機		
食物アレルギーの有無	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> あり 具体的に ()	
この講座をどこで知りましたか		
経済状況について	<input type="checkbox"/> 苦しい・働かなければならない <input type="checkbox"/> やや苦しい <input type="checkbox"/> 今は無理して働かなくてもよいが将来が不安 <input type="checkbox"/> 生活のために働く必要はない	
いっしょに住んでいる人	さしつかえない範囲で書いてください <input type="checkbox"/> ひとり暮らし あなたと <input type="checkbox"/> 母親 <input type="checkbox"/> 父親 <input type="checkbox"/> きょうだい <input type="checkbox"/> その他 ()	

この申込書に書かれた個人情報、この講座の運営以外では使用しません。落選の場合はシュレッダーで処分させていただきます。個人情報保護のため、FAXやメールでは受け付けません。