

子育て中女性
のための

今日からできる!

自分を知って コミュニケーション 上手になるコツ

自分と向き合う機会を
もってみませんか?

子育てや仕事に役立つ
コミュニケーション方法
を学んでみませんか?

ワークで自分を
客観的にとらえて
みませんか?

2019年

2月23日(土)

午後1時30分から3時まで

中央市民サービスセンター 洋室4(秋田市役所3階)

- 対象 子育て中の方、子育て支援に関わっている方
- 定員 先着20名(受講無料、託児あり)

講師 伊藤こず恵さん

マザーズコーチングスクール認定講師、フリーアナウンサー

大学卒業後ラジオ局に入社。音楽番組や生活番組など様々な生放送を担当し、2千人以上のインタビューを経験。しかし、「話す」「伝える」「聞く」スキルが子育てでは全く通用せず、子供に八つ当たりの連続で、子育てに自信をなくしていた時に「マザーズコーチングスクール」に出会う。現在は、山形を中心にアナウンサーの経験も踏まえ、コミュニケーションスキルを使った親子講座、企業研修などを行っている。最近卵焼きを1人で作れるようになった小学4年生の母。



※マザーズコーチング…子育ての悩みや接し方の悩みを解決し、子どもとの関係がより楽しくなる手法。主体的な子どもを育成するための関わり方を学ぶことで、母親自身の心の成長や自分の人生を楽しむことの習得をめざす。子育て版コーチング。



問合せ/申込み先 秋田市生活総務課 女性活躍推進担当

2月4日(月)午前9時受付開始。電話、ファックス、メールのいずれかで、氏名、電話番号をお知らせください

託児希望の方は、お子さんの氏名、生年月日もお知らせください。

TEL 018-888-5650 FAX 018-888-5651 Eメール ro-ctmn@city.akita.akita.jp