

参加無料
1会場定員20名

東北信版

長野県で

働きたいママ 応援セミナー開催!

北信・東信・中信・南信 全20回開催! 複数回受講可能

開催時間 10:00~12:00

お問い合わせ

SBCテレビ局:026-237-0540

託児

1会場 先着10名まで

※お1人様1名まで(1歳以上のお子様に限ります)

北信

長野市権堂イーストプラザ

〒380-0833 長野市大字鶴賀権堂町2201番地20 ※周辺の有料駐車場をご利用ください。

育児休業復帰支援セミナー

12月2日(水) 第1回 復帰不安解消セミナー

- 子育てをしながら働く時間の使い方
限られた時間の中でどうやって仕事と育児の両立をしていくのか。
困ったときはみんなどうしているのか実体験をもとにお話します。
講師:(株)ママLife代表 小山真央
- 困った時の病児保育
3歳児神話に悩まされているお母さんが多いのでは? 本当の所は?
頑張るすぎなくてもいいんです。病児保育は、そんな頑張っているお母さんの
手助けをする場所です。
講師:Mom's sun 池尻由美
- イクメンの目線
子育てで蚊帳の外にしないで。協力出来ることはしたいんだ。
やり方を一緒に話し合っています。
講師:ラーカイルム 池尻道泰
- Q&A交流会(持ちよりフリマ)

12月3日(木) 第2回 ネットワーク支援セミナー

- 育児休業のための新しい子育てコミュニティづくり
母親相互をつなぐ地域の子育て環境と子供力につながる生活圏の
セーフティネット。産後に見直すキャリアと母親仲間による
社会参加としてのキャリアアップ。
講師:Mam's style実行委員会代表 桜井弥生
- Q&A交流会(持ちよりフリマ)

12月9日(水) 第3回 見た目磨き講座

- ファシリテーター:子育て応援団ばれっと代表 宮尾秀子
- 開運メイクで輝きアップ
品が良くてさわやかで女性度アップの誰からも愛されメイクを伝授
講師:メイクアップアーティスト 神宮司志麻
- ヘアメイクは仕事の基本 簡単まとめ髪でキャリア度アップ
トップモデルを作るカリスマ美容師が時短おしゃれスタイルを伝授
講師:ヘアメイク ミネルバ代表 春原壽江
- ばれっとカフェ(先輩ママから復帰体験を聞こう!)

子育て女性の社会参加応援セミナー

12月11日(金) 第1回 再就職支援体験セミナー

- 再就職の心構えと支援
再就職にあたり準備しておかなければならないこと。
実際の就職活動・求職活動はどのように展開していくのかお話します。
講師:(株)ママLife 佐藤萩
- Q&A交流会(持ちよりフリマ)

1月13日(水) 第2回 子育て女性の社会参加セミナー

- 実は…人事・採用する側の本音
採用する側はどんなところを見ているのか。
復帰するときのポイントを分かりやすく解説します。
講師:箱山ふとん店4代目 箱山正一
- Q&A交流会(持ちよりフリマ)

東信

サントミュージゼ

〒386-0025 上田市天神三丁目15番15号

※会場の無料駐車場をご利用ください。

育児休業復帰支援セミナー

12月7日(月) 第1回 復帰不安解消セミナー

- 子育てをしながら働く時間の使い方
限られた時間の中でどうやって仕事と育児の両立をしていくのか。
困ったときはみんなどうしているのか実体験をもとにお話します。
講師:(株)ママLife代表 小山真央
- 困った時の病児保育
3歳児神話に悩まされているお母さんが多いのでは? 本当の所は?
頑張るすぎなくてもいいんです。病児保育は、そんな頑張っているお母さんの
手助けをする場所です。
講師:Mom's sun 池尻由美
- イクメンの目線
子育てで蚊帳の外にしないで。協力出来ることはしたいんだ。
やり方を一緒に話し合っています。
講師:ラーカイルム 池尻道泰
- Q&A交流会(持ちよりフリマ)

12月14日(月) 第2回 ネットワーク支援セミナー

- 子育てママたちのネットワーク作り
ネットを活用した子育てシェアは、昔ながらのご近所の頼り合いの現代版。
安心して頼れる相手と繋がるための仕組みをお話します。
講師:(株)AsMama 情報発信部 横山励子
- Q&A交流会(持ちよりフリマ)

12月17日(木) 第3回 私のライフ計画セミナー

- ファシリテーター:子育て応援団ばれっと代表 宮尾秀子
- マインドマップを作ろう
キャリアの棚卸とこれからしたいこと 人生地図をかいてみよう
講師:R-ママ代表 森田小百合
- 誰でもできる家計管理のコツを伝授
講師:家計塾ReRuKo(りこ)代表 北村きよみ
- ばれっとカフェ(みんなで話そう! これからの事)

子育て女性の社会参加応援セミナー

12月18日(金) 第1回 子育てを経て起業した体験セミナー

- チャンスをつくる! おうち起業の始め方
具体的な起業のプロセスや業種別の問題点、準備段階に必要なことを実際の
実例を交えてお話します。
講師:(株)ママLife 酒井美貴
- Q&A交流会(持ちよりフリマ)

1月15日(金) 第2回 子育て女性の社会参加セミナー

- 私らしいライフスタイル
ライフスタイルは一つではありません。
決められた枠ではなく、自分にあったライフスタイルが必ずあるはず。
講師:ナノグラフィカ 増澤珠美
- Q&A交流会(持ちよりフリマ)

※セミナー内容は都合により変更になる場合があります。詳しくはSBCのHPで確認してください。



長野県

長野県委託事業【女性の活躍を推進するライフスタイル発信事業】

申込みは



SBC



http://sbc21.co.jp/mama_seminar/

