

人生の時間割

～「自分」を自分らしく生きる～

あなたは、自分のために時間を使っていますか？
本当にしたいことができていますか？
忙しすぎる毎日の中では自分を見失いがちです。たまには自分とじっくり向きあって、自分を見つめてみましょう。
これからの人生を自分らしく生きるために、ワークシートを活用しながら、一緒に「人生の時間割」を作りましょう。

令和7年

9月6日(土)

13:30～15:30(開場13:00)

入場無料
無料託児有

会場

瑞浪市総合文化センター3階講堂

瑞浪市土岐町7267-4

TEL: 0572-68-5281

定員

100名(先着順)

申込み
問合せ

事前申込み制

8月22日(金) までに市民協働課へ
氏名・住所・電話番号・託児の有無を
電話、FAX、メール、申込フォーム
のいずれかでお申込みください。

瑞浪市役所 市民協働課

TEL: 0572-68-9756

FAX: 0572-68-2132

メール: kyoudou@city.mizunami.lg.jp

右の二次元コードから
申込みできます



講師 伊藤静香氏

NPO法人参画プラネット常任理事
名城大学非常勤講師

専業主婦時代、育児に自信を失い受講したコミュニケーション講座で女性の自立や自己実現に関心を持つ。名古屋市男女平等参画推進センターのオープンをきっかけに再就職。元名古屋市男女平等参画推進センター副センター長の他、多治見市男女共同参画推進会議会長などを務める。