

『わたし』の棚おろしワーク

自分を大切にするための思考とモノの整え方

2回連続講座



"ちょうどいい"を見つける力

第1回

10/23(木)10:00~12:00

モヤモヤをスッキリに！

価値観カードゲームと
対話から始まる思考整理

第2回

10/30(木)10:00~12:00

自分を大切にするって
どういうこと？

バッグをヒントに
自分を深掘りしてみよう



講師

ライフオーガナイザー

片づけサポート ippoippo 代表 小山内 亮子 さん

大学で心理学を学んだ後、家具職人・家具販売員・インテリアコーディネーター等住まいに関わるさまざまな仕事を経験。ワーママも専業主婦経験もあり、外で働くことも家事育児も尊い大切な仕事と実感している。

- 【会場】 コミュニティセンター (元町1-6-12 セイセイビル)
- 【定員】 20名程度 (応募多数時抽選)
- 【対象】 全2回参加可能な市内在住か在勤の働く女性(休職・求職中OK！)
- 【託児】 10/15(水)までに要申込※生後6ヶ月～未就学(先着順)
- 【申込み】 10/20(月)までに市ホームページの申込フォームから
- 【問合せ】 生駒市ダイバーシティ推進プラザ (Tel) 0743-75-0237

