

育休ママのための

職場復帰準備セミナー

復帰への不安を抱えていませんか？

「急に子どもが熱を出したらどうしよう」「残業しないで帰れる？」

「スムーズに職場復帰できるかしら・・・」

職場復帰が近づくにつれ、不安が大きくなっていませんか。

同じ気持ちを持つ育休中のママ同士で交流やディスカッションを通して、今抱えている不安や悩みを解消し、スムーズな職場復帰を迎えましょう。

2023年

第1回 1/25(水) 10:00～12:00

不安を解消！

職場復帰前のココロの整理

講師：伊藤 真理子さん

新潟青陵大学 教授
臨床心理士/公認心理師



第2回 2/1(水) 10:00～12:00

仕事もプライベートも

自分らしくいるために

講師：鈴木 美和さん

マインドウェルネスアドバイザー



第3回 2/15(水) 10:00～12:00

気持ちを伝える

コミュニケーション（職場編）

講師：菊野 麻子さん

フリーアナウンサー



◇ 対象：現在育休中で職場復帰の準備をしている女性20人（申込先着順）
※連続3回受講 できる方優先。

◇ 参加費：3,000円（初回にお支払いください。割引制度があります。）

◇ お申込：詳しくは裏面をご覧ください。

◇ 一時保育：生後6か月以上（要申込、定員10名 先着順）

◇ 保育協力金：子ども1人1日につき、200円 保育申込締切：2023年1月11日(水)必着



☆ 男性向けセミナー ☆ 「妻が育休後、職場復帰します」を開催！
2月5日(日)、2月12日(日)、3月5日(日) いずれも13:30～15:30
パートナーの方にも是非ご紹介ください。



主催：公益財団法人 新潟県女性財団

詳しくは財団HPへ

【お申込方法】 次のいずれかの方法でお申込ください。

1. 当財団ホームページ (<https://npwf.jp>)の「お申込フォーム」からのお申込み。
2. 下記の申込書にご記入のうえ、FAX (025-285-6630)、電話 (025-285-6610)、郵便またはメールでのお申込み。なお、お電話でのお申込の場合は、閉館日 (当財団ホームページでお知らせしています)を除いて【平日8:30~17:15,土日9:00~17:00】にお願いします。

【お問合せ・お申込先】 公益財団法人新潟県女性財団

〒950-0994 新潟市中央区上所2-2-2 (新潟ユニゾンプラザ2階)新潟県女性センター
 TEL:025-285-6610 FAX:025-285-6630
 URL:<https://npwf.jp> MAIL:npwf@npwf.jp

【育休ママのための職場復帰準備セミナー】参加申込書

ふりがな			
お名前			
所属先			
連絡先	〒		
	電話	メールアドレス	
保育希望 する ・ しない	お子さんの名前 (ふりがな)	年月齢	歳 か月
	お子さんの名前 (ふりがな)	年月齢	歳 か月

※ ご提供いただいた個人情報は、当財団の講座運営の目的のみに使用いたします。



【交通アクセス】

- 自動車ご利用の場合■
 新潟駅から 約8分
 新潟バイパス女池IC 桜木ICから 約7分
- 駐車場220台■
 イベントが重なると駐車できない場合もあります。
 お早目にご来場ください。
- 公共交通機関■
 - 路線バス利用 約10分~20分
 新潟駅万代口バスターミナル8番より
 水島町線、鳥屋野線、上所線
 「新潟ユニゾンプラザ前」下車
 - 高速バス利用
 「県庁東」下車 徒歩15分

○感染症対策のご協力をお願いします○

- ☆ご参加される方へ
- ・咳・発熱等で体調の優れない方は、参加をご遠慮ください。
 - ・欠席の際は事務局までご連絡ください。
 - ・マスク着用、手指消毒をお願いします。

☆安心してご参加いただくために

- ・開催前後に会場の消毒を行っています。
- ・換気を随時行います。

