



ファザーリング全国フォーラム in にいがた（分科会⑨）

働くパパ・ママのための両立支援セミナー

～子育て中にこそ学びたい！タイムマネジメント～

参加費
無料

1日があっという間に過ぎていく。
気がついたら、もうお迎えの時間。
でも、まだ仕事が終わらない…
いつも余裕がない。何もかも中途半端…

みんなどうしてる？

このセミナーでは、仕事と子育てを両立し、成果を出すためのタイムマネジメントのポイントをご紹介します。

日時：2019年10月19日(土) 13:00～14:30

会場：新潟市生涯学習センタークロスパルにいがた（新潟市中央区礎町通3-2086）

対象：働く子育て中の夫婦

お一人での参加も可。

定員：50人（申込先着順）

一時保育あり

- 一時保育を希望される方は事前にお申し込みください。
- 生後6ヶ月以上。保育協力費無料。一時保育申込締切：10月4日(金)
- 一時保育ご希望の方には事務局より折り返しご連絡します。

手話通訳・要約筆記

- 手話通訳または要約筆記が必要な方は事前にお申し込みください。
- 手話通訳・要約筆記申込締切：9月27日(金)

講師プロフィール

株式会社HRインスティテュート
コンサルタント



岡村 美香（おかむら みか）

地方自治体でタウンマーティングの企画・運営、(株)日本能率協会コンサルティングで組織風土診断・組織開発コンサルティングに従事した後、HRインスティテュートに参画。

出産前までは経営コンサルタントとして、体育会系の職場でよく働きよく遊ぶ日々を送っていました。

しかし、息子の誕生によって、今しかない家族との時間を確保しようと決意。復職後は主にロジカルシンキングやコミュニケーション、タイムマネジメントなど、限られた時間で成果を出すための考え方・やり方をテーマにした研修や、コンサルティングを担当しています。

『人材育成コンサルタントが本気で考えた全員転職時代のポータブルスキル大全』の著者。

申し込み方法

下記ホームページまたはメール、FAXでお申し込みください。（先着順）

ホームページURL：<http://fj-zenkoku.net/niigata/>

メール：gyoumu@fathering.jp（担当：ファザーリング・ジャパン 森島）

FAX：025-280-5493（送信先：新潟県産業労働部労政雇用課）



主催



新潟県

お問い合わせ

公益財団法人新潟県女性財団（分科会⑨業務受託団体）

☎ 025-285-6610 〈8:30～17:15 土・日・祝を除く〉

ホームページURL：<https://npwf.jp> E-mail：npwf@npwf.jp

waküwakü
work
niigata
わくわくワークにいがたキャンペーン

働くパパ・ママのための両立支援セミナー 参加申込書

■ FAXによるお申込み

下記必要事項をご記入の上、送信ください。FAX番号 **025-280-5493**(新潟県産業労働部労政雇用課)

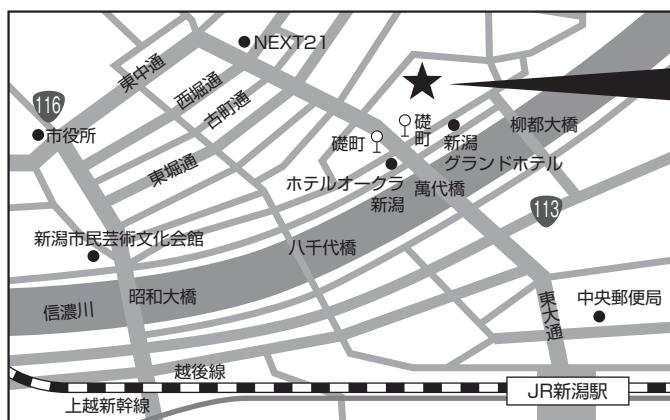
ふりがな			
名 前			
連絡先	〒		
	TEL:	FAX:	
	E-mail:		
職業または所属			
一時保育希望 【する・しない】	[希望する場合] お子さんの名前 ふりがな	月年齢	歳
	お子さんの名前 ふりがな	月年齢	歳
手話・要約筆記 の希望	〔する・しない〕		

※提供いただいた個人情報は、講座運営の目的のみに使用いたします。

■ プログラム

	セッションタイトル	内 容
13:00	■オリエンテーション・自己紹介 1. 時間の使い方の傾向を知る 2. タイムマネジメントとは何か 3. タイムマネジメントのやり方を学ぶ	<ul style="list-style-type: none">・タイプ別診断の実施・時間の使い方の“クセ”的把握・タイムマネジメントとは出来事の管理・子育て中のタイムマネジメントのポイント・タスクを分解する方法・時間の見える化のやり方・優先順位をつけるポイント・空き時間でやることリスト・タスクシェアのやり方・シェアするポイント
14:30	4. 総合演習	来週1週間の計画を作成する

■ 交通アクセス



新潟市生涯学習センター（クロスパルにいがた）

新潟市中央区礎町通3-2086

交通アクセス

交通案内 JR新潟万代口から ・徒歩：20分程度 ・バス：古町方面行き「礎町」または「本町」下車 徒歩3～5分
駐車場（29台）※うち障がい者用1台 利用料金：30分ごとに150円の利用料金（30分未満でも料金がかかります）。
※駐車場は限られています。近隣の有料駐車場か公共交通機関をご利用ください。