

参加無料

今年こそ手帳を味方につける！

## 手帳術入門講座

2022年1月15日(土) 13:30~15:00

会場 福井県生活学習館(ユウ・アイふくい)

「今年こそ！仕事もプライベートも充実した私で生きていく！」  
理想の毎日をかなえる手帳術を手に入れましょう。

## 講師

pueri color. 蓑輪 恵理子 氏

Soo スタANDINGフランナー  
日本手帳マネージメント協会認定手帳コーチ

「私らしさ」を見つけ出し、隠れた魅力を引き出し活かす専門家として活動中。  
手帳やノートを使いながら、カウンセリング・コーチング・コミュニケーション  
スキルを組み合わせたパーソナルメニューで、「変わりたい」「前に進みたい」「目標  
を達成したい」女性のサポートをしている。



- 自分に合った手帳の選び方
- 充実した毎を送る手帳の使い方とは
- 手帳が楽しく続くためのヒント

対象 県内在住または在勤の女性  
定員 30名

講座終了後、  
～16時まで

【働き女子のホンネカフェ】  
(定員：5名)

～今年の私をメイキング♡～  
「やること・やらないこと」

昨年よりも、もっとHappyな1年にするために「やること・やらないこと」を一緒に考えましょう。

ファシリテーター  
ふくい女性活躍支援センター  
女性キャリア相談員

新型コロナウイルス感染状況により延期になる場合もありますのでご了承ください。

【お問い合わせ先】公益財団法人ふくい女性財団 (福井県福井市下六条町14-1 生活学習館内)  
TEL: 0776-41-4254 Email: f-jhosei@f-jhosei.or.jp

申込方法：ホームページから申込 (PC・スマートフォン)

申込期限：1月5日(水) ※定員を超えた場合、抽選となります。

ふくい女性財団ホームページから申込  
(<https://www.f-jhosei.or.jp>)

ふくい女性財団

検索



↑HPへアクセス



↑託児申込はこちら

ふくい女性財団→「今年こそ手帳を味方につける!手帳術入門講座」にアクセスし「お申込みフォーム」をクリック!

## 働き女子のホンネカフェへのご参加もお待ちしております♪

### カフェの様子



### 参加者の声

- ・いろいろな話が聞けて楽しかったです。
- ・自分だけが大変じゃないとわかって、不安が解消されました。
- ・年齢も職業も違う女性たちと話せてスッキリしました。開放的ないい時間でした。

## 会場案内

★環境への配慮から、公共交通機関の利用およびアイドリングストップにご協力ください。

### ●福井県生活学習館 (ユー・アイふくい)

〒918-8135 福井市下六条町14-1

### ●アクセス

#### \*フレンドリーバス (無料)

行き：「福井駅東口」乗車「生活学習館前」下車  
12:30 発 12:43 着

帰り：「生活学習館前」乗車「福井駅東口」下車  
15:33 発 15:46 着 / 16:33 発 16:46 着



SNSもチェック



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、  
受講中のマスク着用や検温・手指消毒等にご協力ください。