

おひとりさま女性の 自分らしい 暮らしデザイン講座

ひとりで暮らすからこそ知っておきたい、安心の備えと毎日を自分らしく輝かせるコツ。現状を把握し、将来への不安を少しでも前向きに安心に書き換えるヒントを見つけましょう。2 回目の講座終了後の交流会で仲間づくりもできます。



日時

1)9月 12 日(土)

14:00-16:00

2)9月 26 日(土)

14:00-16:00

場所 岸和田市立男女共同参画センター

●内容

- 1) 理想の 70 代をめざすために今からできること
 - 2) 自分の未来は自分で創る！具体的な動き方を考える
- それぞれグループワークもあります

- 2回目終了後に1時間程度、交流会を開催します。(参加は自由です)



講師 榎本 千里さん

大人の女子寮プロジェクト主宰・ワーク・ライフ・バランスコンサルタント
オフィス hint link 代表

ワーク・ライフ・バランスコンサルタントとして、働く人の個人相談を受ける中で「一人で頑張って生きて来たけど、仕事を定年で辞めた後、私どうなっちゃうんでしょ？」という悩みや不安をたくさん聴いてきました。

「おひとりさま女性」な人が増える今、どんな生き方や準備が出来るのかをずっと考え続け、2022 年におひとりさま女性たちが安心安全に暮らせるコミュニティと住まいを創る【大人の女子寮プロジェクト】を立ち上げました。この取り組みは朝日新聞に掲載され、読売テレビの「かんさい情報ネット ten」でも特集されました。

定 員 : 30人(先着順) 申込は、8月2日(日)午前9時より受付開始
対 象 : 2回とも参加可能な、シングルまたは一人暮らしの概ね 60 歳代の女性
費 用 : 交流会に参加の方はお茶代として300円
保 育 : 申込締切 9月3日(木)傷害保険料 100 円(保育児一人、一回)

申込・問い合わせ

岸和田市立男女共同参画センター (加守町4丁目6番18号)

電 話 072-441-2535

ファックス 072-441-2536

メー ル danjoc@city.kishiwada.lg.jp



申込みフォーム