

# 魅力発掘！ わたしらしく輝く 表現力・発信力 アップ♣セミナー

自己表現の方法や、  
自己肯定感を高め自分らしく輝く生き方について学ぶセミナーです。

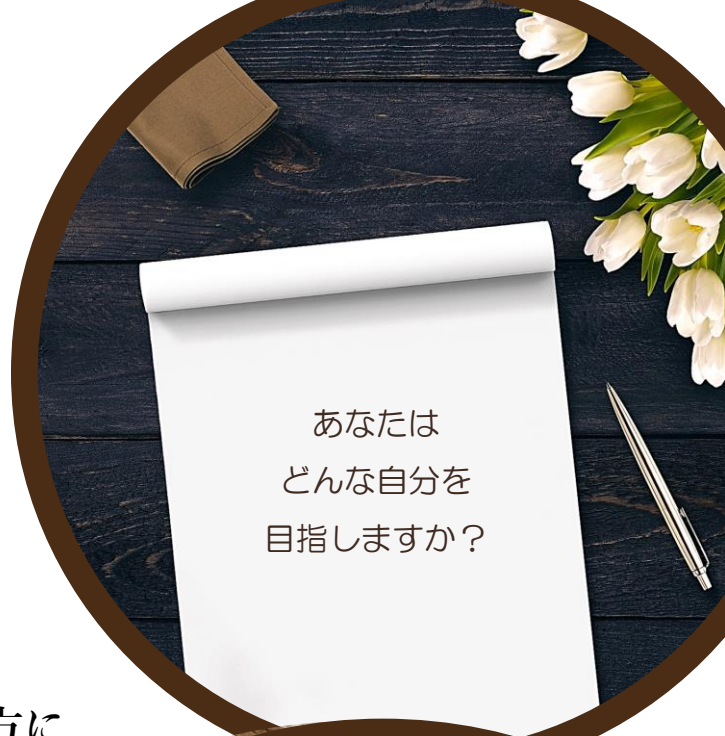
女性活躍が進むなか、  
一歩踏み出せない女性や  
自分の思いや意見を的確に表現できず、  
発信する方法がわからない女性が  
少なくありません。  
本セミナーでは、  
女性が自信をもって自分の意思を表現し、  
社会参画・活躍・貢献するための  
スキルを学びます。

【日時】 **10月7日(土)**  
**10:00～12:00**

【場所】 青森市男女共同参画プラザ「カダール」  
AV多機能ホール

【対象】 表現力や発信力の向上を目指す女性、自分に自信を持ちたい女性、  
チャレンジしたいことがある女性

主催・申込・問合せ：青森市男女共同参画プラザ「カダール」ホームページ <http://www.kadar-acor.jp/>  
(指定管理者：NPO法人あおもり男女共同参画をすすめる会)  
〒030-0801 青森市新町1丁目3-7 アウガ5F  
電話：017-776-8800 FAX：017-776-8828 メール：[kadar-kouza@kadar-acor.jp](mailto:kadar-kouza@kadar-acor.jp)



たんの たくこ  
講師：丹野 拓子さん  
(心と外見の美容家)



男女共同参画部あおもり



このマークは、あおもり  
男女共同参画部あおもり  
のロゴです。



[www.kadar-acor.jp](http://www.kadar-acor.jp/)

Profile

TAKUKO TANNO

「自分のことが好きになった！」

人生が変わった！」という女性が続出する

メイクメソッド&マインドセットがウリ。

就活・婚活・ママ向け・シニア向け・障がい者・

企業研修・個人等、魅力発掘と

メイク指導を14年しています。



心理学カウンセリングコーチング資格保有

ミセスオブザイヤー2021日本大会準グランプリ受賞



© Akhara Hana

お申込方法

事前に氏名・電話番号・年代を、電話・FAX・Eメール  
または 直接「カダール」へ。

☎017-776-8800、FAX.017-776-8828、✉kadar-kouza@kadar-acor.jp)

\* Eメールは件名に「表現力」と記入

お名前	フリガナ		
電話番号		年代	