

「女の生き方塾」



～笑顔キラキラプロジェクト～ **5期生**

企画委員大募集！

毎日を笑顔
キラキラに

年代や立場が違う
女性が集まって
ワイワイ

自分の
働き方・生き方を
見つめなおしたい

もっと自分らしく
もっとイキイキと！

業種をこえた
仲間と
交流したい



昨年度は4期生5人が意見を出し合い、市民公開講座の企画運営まで行い

「イラッ、ムカッ、カチンどうしてる？

今からできる怒りの対処術」

突然おそってくる怒りの感情と

上手につきあう方法を学ぶ講座を
実施しました。

- ・応募締切：2021年6月25日(金)
- ・企画会議：第1回目企画会議 7/8(木)
7～1月に7回程度 18:30～20:30
カダールで開催予定
- ・市民公開講座：2022年2月19日(土)予定
- ・募集対象：高校生以上の女性 10人

電話、Fax、メールまたは直接来館しお申し込み下さい。

住所・氏名・年代・電話番号・最寄り駅またはバス停をお知らせください。

メールの場合は 件名に「女の生き方塾」と入力



2月開催予定、市民公開講座の企画委員を募集します。

自分たちのための講座を自分たちでつくりあげてみませんか。

ご参加お待ちしております！

■主催・お申込み・お問合せ

青森市男女共同参画プラザ「カダール」(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 1-3-7 アウガ5階

電話: 017-776-8800 (平日9時～18時) Fax: 017-776-8828

メール: kadar-kouza@kadar-acor.jp