

女性チャレンジ応援拠点 **参加無料!** お気軽♪ミニサロン



【女性チャレンジ応援拠点】に人が集まり、知り合うきっかけになる、ミニ講座やおしゃべり会を随時開催しています！
拠点の雰囲気を知りたい方、どんなふう在活动中を始めたか聞いてみたい方、自分の活動についても話がしてみたい方、情報交換したり、一緒に作業をしたりしながら、みんなでおしゃべりしてみませんか。お気軽に♪ご参加ください。

日程	テーマ
① 10月25日 (木曜日)	【ハンドメイド】で活動したい人サロン part2 【Web アプリ】活用編 前回の同サロンで、最も関心の高かったテーマ「Web 出品」。アプリの概要や注意点、写真アップのポイントなどについてノウハウを学びながら、活動の情報交換もしてみませんか♪
② 11月8日 (木曜日)	チラシラックで「注目度 No. 1」を取る！アナタのための“続・チラシ部” 好評の「チラシ部」第2弾。チラシの「削りドコロ」「盛りドコロ」「チラシの第一印象」について持ち寄ったチラシを教材にみんなで考えます！※自作のチラシがあれば持参ください
③ 11月15日 (木曜日)	キャリア理論から学ぶ！偶然を幸運に変える力講座 キャリア形成に役立つポジティブな理論「ハップンスタンス・セオリー」。ワークを通じて分かりやすく理論を学びながら、チャレンジしたい女性同士でわいわい交流しませんか。
④ 11月18日 (日曜日)	読んだつもりの読書会～おすすめ本持ち寄り会 part5～※クレオ中央フェスタ同日開催 「好きな本」や「読んでみたい本」のおすすめポイントを紹介し合う、毎回大盛り上がりのサロン。新しい分野や人との出会いで、視野や興味が広がります！かんたん手作り ^{しおり} 葉も作成♪
⑤ 11月28日 (水曜日)	【居場所づくり】で活動したい人サロン 拠点の相談でも多い、活動したいテーマの一つが【居場所づくり】に関わること。同じテーマに関心のある女性同士、情報交換を楽しみながらモチベーションアップしませんか♪
⑥ 12月1日 (土曜日)	理学療法士が教える【姿勢のイロハ】～元気とキレイは姿勢から～ 健康面でも外見でも、気になる「姿勢」。呼吸法や骨盤底筋などについての講義&カンタン実技も体験しながら、年代や環境で変化する女性の身体にアプローチします。※タオル持参

【時間】10時30分～12時 ★途中参加・途中退出も可★

【定員】女性 各10名程度 (申込先着順・余裕があれば当日参加もOK)

【会場】クレオ大阪中央4階・女性チャレンジ応援拠点 (天王寺区上汐5-6-25)

【申込・お問合せ】女性チャレンジ応援拠点事務局 (大阪市男女いきいき財団内)

電話 06-7656-9040 ファックス 06-7656-9045

メール women-kyoten@danjo.osaka.jp

にて、参加したいサロン名・お名前・年齢・連絡先電話番号をお知らせください。



申込フォーム



★私もこんなミニサロンを開催してみたい！というアイデア・企画がある方は、お問合わせください。★宣伝や勧誘、販売等を目的とした参加は固くお断りします。