



受講料  
一時保育  
共に無料!

**子** 育ても 楽しいけど  
もう少し自分の時間  
がとれたら…。  
仕事も続けたいけど、  
子育てと両立できるか  
自信がない…。

**子** 育ても 仕事も  
夢も  
あきらめない  
なりたい自分に  
なるために  
自分を見つめ直し未来を  
イメージする

**い** つもとは違った世界に  
踏み出そうと思ったとき、  
期待と同時に「大丈夫かな？」  
「私でできるかな？」  
そんな不安な気持ちになることはありませんか。

**わ** たしの設計図」を  
描いてみましょう!

「人生100年時代を愉しむキャリアデザイン」

**9月2日(金)**  
**10:00**  
▶**12:00**

講師 **白梅 英子さん** ルレーブ代表  
国家資格キャリアコンサルタント / キャリアデザイナー



久留米市出身。金融機関で窓口業務や専門学校常勤講師として勤務後、2000年ルレーブ設立。顧客志向の組織づくりと女性のキャリアデザインを支援している。自治体や企業等において組織や人づくりコンサルタントとして活動中。

「子育ても仕事も『私も』大切にするために」



講師 **中山 淳子さん** 子育てアドバイザー

**9月16日(金)**  
**10:00**  
▶**12:00**

ママの輝く明日を応援するDomani代表。子育てアドバイザー。NPO法人ママワーク研究所理事。ママ向け商品などのアドバイザーとしても活動中。テレビ西日本「ももち浜ストア」コメントーター。

※ 両日、またはいずれの日程でお申込みできます。

**会場** 男女平等推進センター  
**210・211 研修室**

**対象** 子育て中の女性  
**15名**

**注意** 講座参加の際はマスクの着用  
や入室の際の消毒等、ご協力  
をお願いします。

**申込** **8月1日(月)9:30**から受付開始  
電話、FAX、電子申請、センター窓口  
\*一時保育(6ヶ月から就学前まで)は開催  
日の7日前までに、手話通訳、要約筆記は  
開催日の9日前までにお申込みください。



↑ 申込用  
QRコード

**問合せ** 久留米市 男女平等推進センター  
〒830-0037 久留米市諏訪野町1830-6えーるピア久留米内

**Tel 0942-30-7800**  
**Fax 0942-30-7811**  
**Mail danjo-c@city.kurume.lg.jp**