

ママの じぶんミガキ講座 in 宗像



託児
無料
先着順

この講座では、じぶんミガキをすすめたい女性のみなさんと今や不可欠であるパソコンの基本や、自分らしさを表現する話し方を楽しく学びます。子育て中だけど、もっとママ自身のスキルアップもしたい!そんな女性向けの講座です。じぶんサイズで「はじめの一步」しませんか?

定員
先着
20名
託児有

4回連続の受講が原則です

1回目 10/25(火) PC講座(はじめてのWord講座)

いつか学びたかったWord

1. パソコンのキーボードの基本
2. Wordの機能・基本操作
3. 手作りカードの作り方
4. カード作りワーク
5. 感想シェア・交流時間

2回目 11/ 1(火) PC講座(はじめてのExcel講座)

いつか学びたかったExcel

1. Excelのできること、基本操作
2. 子ども会の参加者名簿の作り方
3. 簡単な家計簿と集計表の作り方
4. モデル家計簿作成ワーク

3回目 11/ 8(火) 話し方講座

私らしさを伝える話し方講座

1. 声と話し方を磨くための3要素
2. 自分らしい自己紹介
3. 話し上手の3要素
4. グループワーク

4回目 11/15(火) 仕事と子育て両立講座

子育てと仕事の両立講座

1. 時間がない、の解決法
2. 仕事も子育てもどちらも楽しくできるワンポイントアドバイス
3. 短い時間で子どもと向かい合うコツ
4. 子育ての3種の神器

※受講時間は全て10:30~12:30(受付10:00~)です。

会場

CoCokaraひのさと(宗像市日の里1-31-1)
TEL 0940-26-1587 ※JR東郷駅日の里口すぐ横

参加費

1回500円

締切

10月18日(火)

対象

子育て中の女性(末子が小学生以下)

主催

宗像ママワークスクール協議会

■宗像ママワークスクール協議会とは…NPO法人ママワーク研究所、宗像市、むなかた市民フォーラムで構成。宗像在住ママ達に社会復帰スキルの基礎を学び、子供会や自治会等の地域活動でより活躍したり、「いつか再就職」を願う女性達が、スキルを得て自信を持ち、より社会活動に積極的に関わっていくエンパワメントを目的とします。

■ママワーク研究所とは…子育てしながら自分らしく働きたい」と願うママ達の公式サポーターです。結婚や出産で一度リタイアしたけれどもう一度スタートしたいママを、そしてそんなママを戦力として期待する企業を私たちはサポートします。

ママワーク研究所

検索

<http://www.mamawork.net/> 【無料メルマガ】在宅や子づれOKなお仕事情報&両立コラムを配信中



お問合せ

Mail:info@mamawork.net
TEL 092-732-7663(ママワーク研究所内)

お申込み
フォーム

右記QRコード、またはママワークHPよりリンク
しているWEBフォームよりお申し込みください



この事業は、福岡県共助社会づくり基金を活用して実施しています。