

11月13日 月 14:00~15:30

「女性のカラダを知る」

～キャリアと健康維持を両立させるために～

講師 京都看護大学 看護学部 准教授
千葉 陽子 さん



日々の忙しさに紛れて、自分のからだのことをないがしろにいませんか？
自分のからだのことをあなたはどれくらい知っていますか？女性の一生は、ホルモンの変化との長～い付き合いになります。女性に備わった素敵な特徴と上手に生きていくためのキホンを一緒に学びましょう！

定員 20名 **費用** 1,500円

これからの人生を
新しくデザインしませんか？

11月20日 月 12:00~15:00

「女性起業家向けのランチメニューの提案」

～もう一度学生気分で学ぶ！～

講師 帝塚山大学 現代生活学部 教授
伊藤 知子 さん
帝塚山大学 経営学部 教授
菅 万希子 さん



おいしいものが好きな女性にとって身近に感じる料理を、学生気分調理学という視点から、メニューを食べながら学ぶことができます。また、あわせて開催される、近年人気のデータから読み取るマーケティングサイエンスのセミナーは、感性豊かな女性だからこそ数字にも強くなることを趣旨としています。女性向けに企画された二つの科目を、楽しく学べる講座です。

「新しい働き方で変わる女性の生き方」

講師 株式会社ワイズスタッフ代表取締役
田澤 由利 さん



今の働き方に満足していますか？今の働き方で続けることができますか？国が『働き方改革』を進めているけれど、自分には関係ないと思っていませんか？世の中の動きを利用して、自分らしい働き方を実現しませんか？

生駒市出身で、国の政策コメンテーターでもある株式会社ワイズスタッフ 代表取締役の田澤由利氏に、新しい女性の働き方・生き方についてお話をいただきます。

定員 20名 **費用** 1,500円+試食実費 500円

申込 各回とも、開催日3日前までの申込可能

市HPの申込フォームからか、電話、メールで住所、氏名、電話番号、メールアドレス、年齢、性別、希望講座を明らかにして生駒市経済振興課まで0743-74-1111(内線326)



場所 生駒市テレワーク&インキュベーションセンター **イコマド**(生駒駅北東5分)

☎ 0743-71-6234
<https://ikoma-do.com/>

