

# ＼ ぶれない生き方をするために / 自分軸で選ぶ 「働き方・しごと」セミナー

現状に満足はして  
いないけれど、他に  
やりたいこともない。

自分で選んだ仕事の  
はずなのに、やりがい  
を感じられない...

周りの期待へ応えよう  
と頑張りすぎて、  
疲れてしまった。



...こんな気持ちになることは  
ありませんか？

本セミナーでは、ご自身のこれまでの経験を振り返り、自分の「価値観」や「大切にしていること」を確認していきます。  
ベテランのキャリアコンサルタントと一緒に、自分軸を探してみませんか？

令和7(2025)年

**4月22日(火) 10:00~12:00**

講師	舘野 聡子さん (国家資格キャリアコンサルタント/公認心理師)
会場	川崎市男女共同参画センター (すくらむ21) 第1・2研修室
対象/定員	川崎市内在住・在勤・在学の女性 8名 (要申込・先着順)
受講料	無料
持ち物	筆記用具・事前課題 (できれば)
一時保育	あり ※詳細は裏面をご確認ください。
申込	<b>3月17日(月) 10:00~</b> すくらむ21ホームページ、電話、直接窓口のいずれかにて ご予約ください。

## 事前課題

これまでの経験を振り返り、自分にとって「楽しかった・うれしかった出来事」を3~5つ書き出してください。簡単なメモ書き程度で構いません。  
書いたものをセミナー当日にご持参ください (提出の必要はありません)。  
仕事のこと、趣味のこと、学生時代の出来事など、どのような内容でも結構です。

**主催：川崎市男女共同参画センター (すくらむ21)**

## 講師プロフィール



館野 聡子 さん

国家資格キャリアコンサルタント / 公認心理師 / シニア産業カウンセラー  
/ NLPマスタープラクティショナー

カウンセラーとして20年以上の経験を持つ。自身の専業主婦・パート・  
個人事業主等の経験から、個人のライフキャリア形成の支援を得意とする。  
働くことだけでない、自分らしいライフキャリアの構築を支援します。

## 保育について

定 員：先着5名（1歳～就学前まで）

保 育 料：440円(税込) / 1人

予約〆切：講座開催日の5日前まで（土日祝を除く）

保育持物：飲み物、おむつ、おやつ、ハンドタオル、ビニール袋、着替え

- ・当日の講座開始前に1階受付にて保育のお手続きをお済ませください。
- ・連絡カードには体温記入欄がございますので、可能でしたら予めご宅にて検温をお願いいたします。
- ・連絡カードはすくらむ21HPからダウンロードし、事前に記入してお持ちいただくことも可能です。  
(URL：<https://www.scrum21.or.jp/facility/childcare/>)



## 女性のための働き方・しごと相談のご案内

毎月第2・4水曜日、第1・3土曜日(祝日・年末年始はお休み 8月は第2→第1水曜日)

国家資格キャリアコンサルタントの女性相談員が、働くことにまつわる  
さまざまなご相談をお受けし、道すじを一緒に整理します。

◇ お申込・詳細はすくらむ21 ホームページにて

## 申込先・問合せ・会場

川崎市男女共同参画センター

(愛称:すくらむ21)

〒213-0001

川崎市高津区溝口2-20-1

電話：044-813-0808

FAX：044-813-0864

URL：<https://www.scrum21.or.jp/>

※JR南武線「武蔵溝ノ口」駅 徒歩10分  
※東急田園都市線・大井町線「溝の口」駅 徒歩10分



## 【すくらむ21個人情報保護方針】

皆様からお預かりする個人情報に関して、お申し込みの講座運営及びそれに関わるご連絡以外の目的には使用しません。また、個人情報を無断で第三者に提供することはありません。