

# 男女共生出張講座

誰もが  
活躍できる  
環境づくりを！

職場の研修会やPTA、町内会の集まりなどに、以下の様々なテーマで講師を派遣しています。どうぞお気軽にご相談ください。

無料で講師を派遣します！



## メニュー 例1

### ワーク（仕事）とライフ（生活）のバランスを考えよう

キャリアって何だろう・・・？ 自分の強みは・・・？  
ワークシートを用いて、自分のキャリアを明らかにしながら、仕事と生活の調和をはかることについて考えます。

## メニュー 例2

### 短時間で終わるイクボス式会議術

ワーク・ライフ・バランスを実践したい・・・。でもその方法は・・・？  
組織の業績や結果を出しつつ、業務改善により効率化をはかる方法をワークを用いて考えます。



## メニュー 例3

### 自分も相手も大切にコミュニケーション

アサーティブ・トレーニングの考え方をういて、職場の人間関係を築いたり、リーダーシップを発揮し後輩を育成するスキルなどを、参加型学習形式で楽しく学びます。

※その他、ご要望に応じて、テーマを調整することができますのでお気軽にお問い合わせください。

- 対象 秋田市に在住、在勤、在学または活動拠点のある、おおよそ10名以上の参加が見込まれる団体
- 開催時間 午前9時から午後5時までの間の1～2時間程度
- 開催場所 秋田市内のご希望の場所
- 申込方法 開催希望日の1か月前までに、申込書（裏面）を下記担当にFAX、メールでお送りください。日程を調整する場合があります。
- 講師料 秋田市が負担します。

お申し込み・お問い合わせ

秋田市生活総務課  
女性活躍推進担当

〒010-8560 秋田市山王一丁目1-1  
TEL：018-888-5650  
FAX：018-888-5651  
E-mail：ro-ctmn@city.akita.akita.jp



# 秋田市男女共生出張講座申込書

平成 年 月 日

(宛先) 秋田市長

氏名 \_\_\_\_\_

出張講座を受講したいので、次のとおり申し込みます。

希望日時	第1希望	平成 年 月 日 ( ) 時 分 ~ 時 分
	第2希望	平成 年 月 日 ( ) 時 分 ~ 時 分
開催場所	会場名	
	所在地	住所
		電話
対象者	年齢層	
参加人数 (予定)		
希望テーマ ・内容		
開催目的		
主催者	団体(グループ)名	
	団体(グループ)代表者の職・氏名	
申込担当者	住所	
	氏名	電話

- ※ 開催日時は、申込者様のご希望と講師の都合を調整のうえ決定します。
- ※ 政治、宗教、営利に関する活動を目的とする場合、その他出張講座の趣旨に沿わない場合は、ご利用いただけません。
- ※ 記載いただいた住所・氏名・電話番号等の個人情報は、出張講座に関する連絡のみに使用し、それ以外には使用いたしません。
- ※ 会場の手配と準備、当日の進行は、申込者様でお願いします。
- ※ 当日は、当課職員が同席し、講座開始前に3分ほどお時間をいただき、男女共生についてお話しさせていただきます。



**FAX 888-5651**  
メールでもお申込みいただけます。  
E-mail : ro-ctmn@city.akita.akita.jp