

改育 セミナー



改元の時代にあたり、子育てや自分育ても改良・改善してみませんか？

 開催期間

5/7~7/9

受講料 **無料**

毎週火曜日 全10回

時 間: 10:00~12:00

対象・定員: **16歳以上の市民** (在勤・在学を含む)、**25名**

*全日程参加可能な方。

*三好先生の連続講座の受講がはじめての方。

*定員を超えた場合は抽選とし、2019年度に市民大学を受講していない方を優先します。

保育定員: 20名 (満1歳以上の未就学児のみ)

*保育説明会への参加必須(お子さん同伴のこと)。

会 場: **生涯学習センター 学習室**
(元気創造プラザ4階)

申込期間: **4月1日(月)~15日(月)**

受講を希望の方は、講座申込システムまたは生涯学習センター窓口、電話でお申込みください。

*講座内容及び申込方法等、詳しくは裏面をご覧ください。



講師 三好良子

(産業能率大学総合研究所講師)

保育付講座

【保育説明会】

4月23日(火)

午前10時~

【主催】公益財団法人三鷹市スポーツと文化財団 / 三鷹市

【問合せ・申込先】 **三鷹市生涯学習センター**

【Tel】 **0422-49-2521** 【Mail】 shogaigakushu@mitaka-sportsandculture.or.jp

【Twitter】 @ShogaiMitaka ☆生涯学習センターのアカウントが移行しました！



Twitter

講義内容

日程		内容（予定）
4/23 午前 10 時		保育説明会（保育付きの方のみ参加必須）
第1回	5/7	Welcome！～出会い・触れ合い・学び合い～
第2回	5/14	自分を知り・あなたを知る ～気づきからの再発見・新発見～
第3回	5/21	子育て・自分育て・親育て ～親子カアッをめざす～
第4回	5/28	子育てのリテラシー ～基本のき～
第5回	6/4	コミュニケーションのセンスUP ～発信力&受信力～
第6回	6/11	ポジティブアプローチ ～子育て Enjoy のレシピ～
第7回	6/18	ようこそ 先輩！！
第8回	6/25	仲間育て&サポーター&支援者をめざす～マインド&テクニック～
第9回	7/2	未来へのライフワークデザイン～ワークライフバランスに向けて～
第10回	7/9	人間力・関係力を磨く

講師プロフィール 三好 良子（みよし りょうこ）

日本教育事業団東京教育センター、財団法人スポーツ会館企画室主任などを経て、産業能率大学総合研究所や日鉄住金総研(株)の講師を始め、立教女学院短期大学など大学で講師を務める。専門は「人間関係学」で、様々なジャンルの人間教育・人材育成に携わる「人間関係士」としてのパイオニア的存在。活動領域は自治体、企業、福祉、地域、学校、生涯学習など幅広く、講演、研修、セミナー、マスメディア、著作などを通じて人間力・関係力・コミュニケーション力向上など、人材育成コンサルタントとしてパワフルに活動。日本グループワーク・トレーニング協会理事長なども務める。三鷹では連雀学園コミュニティスクール委員・学校運営協議委員などの要職に就く。

著書には「関係力をみがく本」（日本グループワーク・トレーニング協会）、「GWT のすすめ～ヒトを人にする」（同）など多数。最新出版は、副読本「燦々」。

申込方法 下記いずれかの方法でお申込みください。

■講座申込システム (<https://www.kouza.mitakagenki-plaza.jp/>)

■電話（0422-49-2521）

■生涯学習センター窓口（元気創造プラザ4階）



講座申込システム

申込受付期間：4月1日（月）から15日（月）まで 結果通知：4月19日（金）予定

申込者数が定員を超えた場合は抽選とし、当選された方のみにはがきでご連絡します。

*窓口・電話でお申込みをされた方のうち、落選された方には連絡はいたしません。あらかじめご了承ください。



■路線バス（小田急バス、京王バス）

三鷹駅、吉祥寺駅、調布駅、武蔵境駅、仙川駅から、バス停「三鷹市役所前」または、「三鷹農協前」下車徒歩5分

■みたかシティバス

北野ルート、三鷹台・飛行場ルート、新川・中原ルートでバス停「三鷹中央防災公園・元気創造プラザ（市役所東）」下車すぐ

※なるべく公共交通機関をご利用ください。