

# 仕事も家庭もうまくいく タイムマネジメント講座

仕事に家事、子育て、大好きな趣味… あなたはいつも時間に追われ、忙しい毎日を過ごしていませんか。

「タイムマネジメント」が上手にできれば、限られた時間を最大限に活用し、充実した人生を送ることができます。

ワークライフバランスのプロにより、実践的なスキルやタイムマネジメント術をお教えします。



**講師** 伊藤 亜貴子氏(A&N 合同会社代表)

一般社団法人ワークライフバランス東海副理事。ワークライフバランスコンサルタント。認定コーチ。教育文化産業にて管理職・人事部門を歴任。2度の出産も経験し、育児をしながら東京での単身赴任などをこなす多忙な社会人生活を送る。現在は会社を立ち上げ、ワークライフバランスの観点から企業の経営課題に取り組むコンサルタントとして活躍中。

**日時**

平成31年1月26日(土)  
午後2時～午後4時

定員

30名  
(先着)

**場所**

豊山町社会教育センター3階 視聴覚室  
(西春日井郡豊山町大字豊場字和合72番地)

**申込み**

1月18日(金)までに下記へご連絡ください

<申込み・問合せ> 豊山町総務課企画財政・情報係(豊山町役場3階10番窓口)

TEL: 0568-28-0913 FAX: 0568-29-1177 メール: kikaku@town.toyoyama.lg.jp

平成30年度男女共同参画サテライトセミナー

主催 豊山町・公益財団法人あいち男女共同参画財団