

自分時間をつくる働き方



残業 しない 時短術



仕事や家庭、さまざまな役割に追われる毎日の中で、自分の時間は後回しになっていませんか。時短術で生まれた時間を学びやスキルアップ、心と体を整える時間へとつなげることで、毎日はもっと豊かに変わっていきます。「自分時間」をつくり、未来の自分に投資する働き方を始めてみましょう。

日
時

令和8年 **10月3日(土)**
10:00~12:00



講師
桜井 透 さん
人事の扉 代表取締役

場 所 県立男女共同参画センター セミナー室
対 象 テーマに関心のある兵庫県在住または在勤の女性 12名
(応募多数の場合は抽選)

一時保育 要予約、無料。定員6名(1歳6ヶ月から就学前まで)

申込締切 **9月16日(水) 12時まで**

※受講可否は申込者全員にお知らせします。
開催3日前までに連絡がない場合はご一報ください。

申込方法 右記の二次元コードまたは当センターHPからお申込みください。



申込フォーム

【お申込み・お問い合わせ】

兵庫県立男女共同参画センター(イーブン)

〒650-0044 神戸市中央区東川崎町 1-1-3
神戸クリスタルタワー7階
TEL:078-360-8550 FAX:078-360-8558
(HP) <https://www.hyogo-even.jp/>

(※) 悪天候その他やむを得ない事由により、セミナー開催が中止または延期となる場合がございます。その際はホームページにてお知らせいたします。

HPは
こちらから



JR神戸駅からハーバーランド方面へ徒歩3分
高速神戸駅東出口からハーバーランド方面へ徒歩7分
地下鉄海岸線ハーバーランド駅から徒歩3分