

2024年度

パート、派遣などで働く
シングルのあなたへ

暮らしと仕事の 安心講座

全3回

ミニお茶講座&交流会も合わせて開催



将来のお金が
心配…

シングルの老後って
どんな感じ？

親の介護が
心配…

不安なことが多くて
気持ちが落ち込む…



わたし、このままでいいのかな？

働く女性の5割以上がパートや派遣などの非正規雇用です。しかし、景気に左右されやすい不安定な働き方のため、不安や悩みを抱えるシングル女性たちは少なくありません。いまは何とか生活できている、けれど5年後、10年後は？ 将来に向かって、今から何ができるかを学び、安心を増やしませんか？

概要

| | | |
|-----|---------------|---------------------------|
| 第1回 | 令和6年12月21日(土) | シングル女性のマナー&ライフプラン |
| 第2回 | 令和7年1月18日(土) | 親の介護や自身の老後に向けた備え |
| 第3回 | 令和7年2月23日(日) | ストレスの波をしなやかに乗り越えるための5つの習慣 |

【時間】 各回 13:30～16:00

【対象】 おおむね35歳以上の非正規(派遣・パート・契約など)で働くシングル女性
※シングルマザーを除く

【定員】 各回30人(先着順) ※原則として3回の連続講座です。(各回ごとの参加も可)

【場所】 静岡県男女共同参画センター「あざれあ」会議室(静岡市駿河区馬淵1丁目17-1)
※静岡駅から国道1号沿いに西へ徒歩9分

【参加費】 無料、第1回、第2回はZoom参加可(後日限定配信有) ※要事前申込
(会場参加の方には、お茶講座&交流会にも御参加いただけます。)

問合せ

静岡県暮らし・環境部男女共同参画課 TEL: 054-221-3363

申込方法 専用フォーム: 右のQRコードからアクセス

メール: danjyo@pref.shizuoka.lg.jp FAX: 054-221-2941

申込専用フォーム



主催: 静岡県

詳しくは裏面参照→

2024年度

パート、派遣などで働くシングルのあなたへ

全3回

暮らしと仕事の安心講座

講座内容詳細【いずれの回も13:30～15:30】※各回ごとの参加も可能です。

第1回

令和6年12月21日(土) 501会議室

Zoom参加可(後日限定配信有)

「シングル女性のマナー&ライフプラン」

講師: 中村 真佐子 氏 (一般社団法人ウーマンライフパートナー代表理事)

- これからの仕事や暮らしに向き合う準備をしよう
- シングル女性の老後に必要なお金とは
- ねんきん定期便の見方と将来の年金額

会場参加のみ

お茶で心と身体をセルフメンテナンス

15:30～16:00

講師: 土屋 裕子 氏 (日本茶インストラクター、つちや農園)

- 美味しいお茶の淹れ方講座
- お茶の魅力を再発見

第2回

令和7年1月18日(土) 501会議室

Zoom参加可(後日限定配信有)

「親の介護や自身の老後に向けた備え」

講師: 村田 くみ 氏 (一般社団法人介護離職防止対策促進機構アドバイザー、終活アドバイザー)

- 介護で仕事を辞めないために～体験と取材から得たヒント～
- 介護にまつわる勘違い、かかるお金を知っておこう
- 自分の終活を考える

会場参加のみ

交流会

15:30～16:00

第3回

令和7年2月23日(日) 大会議室

ワークショップ(会場参加のみ)

「ストレスの波をしなやかに乗り越えるための5つの習慣」

講師: 坂倉 裕子 氏 (コミュニケーションハウス代表、一般社団法人レジリエンスエデュケーション協会理事)

- レジリエンスってなんだろう
- ストレスに折れない心の鍛え方

会場参加のみ

交流会

15:30～16:00

参加申込について

【申込締切】 令和6年12月13日(金) ※締切後も参加可能な場合がありますのでお問い合わせください。

【申込方法】 専用フォーム: 右のQRコードからアクセス

メール: danjyo@pref.shizuoka.lg.jp FAX: 054-221-2941

※メール・FAXの場合は、以下の事項をお伝えください。

①氏名、②フリガナ、③電話番号、④メールアドレス、⑤希望する講座(全講座に参加、各回に参加(1回・2回・3回))、⑥受講方法(会場参加、Zoom参加)、⑦勤務形態(契約社員・嘱託社員・派遣社員・パート・非常勤・アルバイト・その他)、⑧年齢、⑨学びたいこと、講師に聞いてみたいこと、⑩どのようにしてこの講座を知ったか ※申し込みの際にいただいた個人情報は、当事業の参加者管理にのみ使用し、その他の目的には一切使用しません。

問合せ

静岡県くらし・環境部男女共同参画課 TEL: 054-221-3363