

# Women's meeting Vol.3



## 人生 100 年時代の 自分マネジメント

ライフステージによって変わる  
「シゴト」と「カラダ」との向き合い方

12月21日(土) 14:00~16:30

女性は、思春期、成熟期、更年期、老年期と、年代によって性ホルモンの状態が変化します。また、それぞれのライフステージで気をつけたいことや対応策を知り、自分のカラダとの向き合い方、無理のないその時々に応じた働き方を一緒に考えてみませんか。輝く女性たちのワークライフは、ヘルスケアと向き合う時間も大切なエレメント。

「自分マネジメント力」を身につけましょう。



第1部：14:00~15:30 トーク・ワークショップ

第2部：15:30~16:30 交流会(ドリンク付き)



参加無料

◆会場◆ カドニアルコーヒー  
(松山市湊町4丁目12-1)

◆対象◆ 創業して3年以上の女性  
管理職・リーダーになって  
間もない女性  
(今後管理職になる予定の方も可)



◆定員◆ 20名(先着・予約順)

◆トークゲスト◆  
須賀 真美氏

つばきウィメンズクリニック  
産婦人科医師



<< 共催：特定非営利活動法人 ワークライフ・コラボ >>

お申込み・お問合せ

未来 Job まつやま (松山銀天街 GET! 4階)

\*駐車場はございません。近隣のコインパーキングをご利用ください。

TEL: 089-948-8035 E-Mail: top@mirajob.jp <http://www.mirajob.jp>

未来 Job まつやま

検索



\*予約したセミナーをキャンセルする場合は必ず事前にご連絡ください。

無断欠席をされた場合、今後セミナーを受講していただけないこともございます。ご了承ください。