

## 平成 28 年度 講座実施報告書

講座の名称	離婚を考える前に知っておきたいライフデザインセミナー				
講座の目的	母子世帯の約8割は離婚によるもので、世帯の平均年収は「児童のいる世帯」の約4割となっていることから、自分自身のための人生設計の必要がある。 そこで、離婚を考える前に生活環境や人間関係をふりかえり、これからのライフイベントと仕事の両立について考える事を支援する講座を開催する。				
募集対象	長野県在住・在勤の女性				
定員人数	30名	申込人数	14名	当日参加人数	13名
申込方法	電話(72%)、FAX(21%)、メール(0%)、その他(7%)				
託児	0名(申込0名、欠席0名)				
回数	1回				
開催場所	長野県男女共同参画センター あいとびあ				
開催内容	日時	内容			講師
	7月1日 (金) 10:00~15:00	<b>【講義】</b> ・ライフキャリアと人生設計について ・自己理解のためのワーク ・カフェミーティング ・自己主張トレーニング			柏原 吉野さん ・日本産業カウンセラー協会 認定 産業カウンセラー
参加者の声	・講師から、また元気をもらうことができました。前に向かって進もうかと思いません。 ・自分の今後の人生について、立ち止まってしっかり考える時間となりました。漠然としたものを、少し整理することができ、そして、整理の仕方を学びました。ひとりで悩まず生活することが、いきいきとして、生きるコツだと気付きました。 ・離婚をする、しないにも今をハッピーでいられるように考えるコミュニケーションを身につけていきたいです。				



チラシ



柏原講師



会場