

## 平成30年度 講座実施報告書

### 1 概要

講座の名称	働く女性応援 私のチカラ向上セミナー① 大人開運メイクアップセミナー～心とカラダを元気にする 新しい化粧のチカラ				
講座の目的	昨今「女性の活躍」が求められているが、社会が望む女性像を目指すことと本当の意味のエンパワメントを獲得することにギャップを感じる女性も多い。働く女性のワーク・ライフ・バランスの充実のために役立つ知識について学ぶ講座を開催する。				
募集対象	長野県内在勤 または働くことを考えている テーマに関心のある女性				
定員人数	30名	申込人数	31名	当日参加人数	28名
申込方法	電話(37%)、FAX(16%)、窓口(37%)、メール(10%)、				
託児	4名(申込4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“あいとぴあ” 第3研修室				
開催内容	日時	内容		講師	
	9月8日(土) 13:30～15:30	【講義・ワーク】 大人開運メイクアップセミナー ～心とカラダを元気にする 新しい化粧のチカラ		大野 裕美子さん リーディングメイクアップアーティスト 更年期と加齢のヘルスケア学会公認 メノポーズカウンセラー	
参加者の声	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の体なのに更年期について知らないことばかりでした。これから興味を持って知りたいと思えるきっかけになるセミナーでした。</li> <li>・女性ホルモンについてあまり関心をもっていなかったので、とても良い機会になりました。骨と血管を私も守りたいと思います。</li> <li>・とても明るい印象。毎日のメイクも工夫しだいで楽しい時間になるなあと思いました。</li> <li>・メイクの大切さを痛感致しました。苦しんでいるのは私だけではないとはげまされました。</li> <li>・日々の生活の振りかえりから行いたいと思いました。私自身の周りにも更年期が原因のうつ状態に悩んでいる人が多くいます。その方たちにも今日の事を伝えたい(今日のことも声をかければよかったな)と思いました。まだまだ続く人生を楽しく過ごしたいと思います。</li> <li>・シリーズ化して何回も聞きたい。色々なお話を聞きたいと思いました。</li> </ul>				



チラシ

大野講師

会場の様子