

# 非正規おひとりさま女性のための ミドル世代からのライフプラン

参加費  
無料

派遣・パート・アルバイトなど、非正規職員の約7割は女性です。  
ミドル世代は、働き盛りとはいえ、更年期にもさしかかり、な  
んとなく不調や漠然とした不安が生じやすい時期。

これまで頑張ってきた自分をねぎらうとともに、自分らしく働  
き続けるために、働き方・暮らしに関する情報を知り、具体的  
な見通しを立ててみませんか。

- ◆転職？副業？起業？資格取得？ これからのお仕事プラン
- ◆「もしも」の時の備え方（親の介護・住まい・お金など）
- ◆一人で抱えがちなモヤモヤをみんなで出し合うシェアタイム



日時

**12月14日(木) 18:30~20:30**

場所

西宮市男女共同参画センター ウェーブ 411学習室

対象

おおむね40才から54才までの非正規職で働くシングル女性 10人（先着順）  
（シングルマザーで子どもが独立した人も対象です）

申込方法

申込みフォーム・電話 または ウェーブ窓口にて受付（月～土 9:00～17:15）

講師

**高見 香織** さん（特定社会保険労務士・国家資格キャリアコンサルタント）

プロフィール：大学卒業後約10年間流通業に勤務。2004年「高見香織事務所」開業。企業の労働社会保険手  
続及び労務管理等相談、女性・若年者のキャリア支援を中心に活動中。



申込みフォーム

- ◆会場は18:00からOPENしています。講座前に会場で飲食していただけます。ゴミは各自でお持ち帰りください。
- ◆温かいお茶をご用意しています。お茶を飲みながらご参加ください。
- ◆西宮市以外に在住・在勤の方も参加できます。QRコードでお申込の場合、初回のみ「にしのみやスマート申請」への利用登録が必要です。

お申し込み・お問い合わせ： 西宮市男女共同参画センター ウェーブ

西宮市男女共同参画センター ウェーブ

西宮市高松町4-8 プレラにしのみや4F

受付：月～土9:00～17:15（祝日を除く）

電話：0798-64-9495

メール：vo\_jyosei@nishi.or.jp

ウェーブは「西宮市男女共同参画プラン」の基本理念【誰もが性別にとらわれる  
ことなく、互いに尊重し合い、一人ひとりの力を活かすことができる社会の実現】  
に向けて取り組んでいます。

