

印象力を上げて、自信をつけよう！

コミュニケーションカアップ！

もっと輝く自分へ！



“ライフプラン” 実現講座



自分磨き応援講座

〈 Lesson 1 〉

〈 Lesson 2 〉

とき **9/6** (水) 18時30分～20時30分 / **9/10** (日) 14時30分～16時30分
(受付18時～) (受付14時～)

ところ 上越市土橋 1914-3 上越市市民プラザ



募集人数と参加条件 30名
2日間参加可能な方
(申込多数の場合、抽選となります)

参加料 無料

申込方法 下記にお電話または、裏面用紙にご記入の上、
FAX かメールにてお申込下さい。

応募締切 9月4日 (月)

もっと輝くあなたのための講座が満載！

講師紹介

Lesson 1 **9/6** (水) 市民プラザ第1会議室
18時30分～20時30分

第一印象で、ぐっと差をつけましょう！
まずは、「わたしってどんな風に見えるの？」
というところから、プロの先生があなたの魅力を
全力で引き出します！

◆わくわく！ドキドキ！
あなたは何タイプ？魅力診断講座

あなたの本当の魅力って？似合う色は？似合う髪型は？
どうしたらステキに見えるの？などなど。
色とスタイリングのプロが、参加型ワークショップ
でみなさんの自分磨きを全力でご指導いたします。

Lesson 2 **9/10** (日) 市民プラザ第4会議室
14時30分～16時30分

◆新潟一番 (TeNY) でおなじみの、
「さとちん」さんによる、「伝える、
伝える」トーク講座

気持ちを伝えるのは、あなたの言葉！「伝えること」
のプロ、さとちん先生が「自分も相手もココロ弾む！」
会話術をみなさんに伝授します。

〈Lesson 1 担当〉



Eriko.S 関原英里子 さん

サブファメイクアップアーティスト
プライズビューティーマスター

〈Lesson 1,2 担当〉



Tomoko.M 宮崎 朋子 さん

カラーコンサルタント

〈Lesson 2 担当〉



Satochin さとちん さん

燕三条エフエムパーソナリティー

天候、諸条件により内容、時間等が変更になる場合もあります。

主催 上越市 自治・市民環境部 共生まちづくり課 ウィズじょうえつ (男女共同参画推進センター)
〒943-0821 上越市土橋 1914-3 上越市市民プラザ 2階

お問い合わせ **Tel** 025-527-3624 **Fax** 025-522-8240 **Mail** d-sankaku@city.joetsu.lg.jp

こんな方におすすめ!

お友達、お知り合いと
是非どうぞ!

- *自分のチャームポイントを知りたい!
- *自分自身を再発見したい!
- *第一印象をアップさせたい!
- *対人関係を良くしたい!
- *相手の心に響く、会話力を身につけたい!
- *色々な人と友達になりたい!

参加申込書

FAX 025-522-8240

Mail d-sankaku@city.joetsu.lg.jp

	講座参加申込者	受講決定の際のご連絡方法 (いずれかに○を付けて番号をご記入下さい)
お名前	ふりがな	FAX — — TEL — —
	様	
ご住所		携帯 — —
		e-mail _____

*上記欄にご記入の上、9月4日(月)までにFAX、またはメールにてお申込下さい。
(受講決定は主催者より追ってご連絡させていただきます。)

*お二人以上のお申込でも、1枚ずつご記入下さい。

*個人情報の利用目的・・・申込書に記入いただく住所、氏名、電話番号等の個人情報は、受講者名簿の作成、必要な場合の連絡以外の目的には使用しません。

*保育ルームもあります。〈無料。対象：6カ月以上～小学校就学前、定員5人(抽選)、申込締切：8月30日(水)〉

主催 上越市 自治・市民環境部 共生まちづくり課 ウィズじょうえつ(男女共同参画推進センター)
〒943-0821 上越市土橋 1914-3 上越市市民プラザ2階

お問い合わせ **Tel** 025-527-3624 **Fax** 025-522-8240 **Mail** d-sankaku@city.joetsu.lg.jp