

一步踏み出す、わたしに勇気を!

連続講座
全6回
10:00-12:30
日曜開催



チャレンジしたい女性の一步を応援する厳選プログラム
“いつか” やってみたいを“今から” 始めませんか?

アクティブ・ウーマンズ・カレッジ

第6期
(2022年度) 受講生募集!

第1回 ▶ 第2回 ▶ 第3回 ▶ 第4回 ▶ 第5回 ▶ 第6回
7.24 (日) 8.28 (日) 9.25 (日) 10.23 (日) 11.13 (日) 12.11 (日)

申込締切 7月8日(金)

対象者 18歳～40代の女性で市内在住の方または
市内に通勤・通学をしている方。

定員 15名 受講料 無料

託児 有り(無料、要事前申込)

申込方法 二次元コードよりフォーム申し込み、又は電話。
裏面の申込用紙に記載して持参・郵送での受付。



WEB申込は
こちら

申込先・お問い合わせ先

▶ 気仙沼市震災復興・企画部
地域づくり推進課 男女共同参画推進室
TEL: 0226-22-6600 (内線 334)
MAIL: chiiki@kesenuma.miyagi.jp

▶ 特定非営利活動法人ウィメンズアイ
TEL: 090-6065-1517
MAIL: k.activewoman@gmail.com



主催: 気仙沼市 | 企画・運営: 特定非営利活動法人ウィメンズアイ

アクティブ・ウーマンズ・カレッジ第6期とは？

1

チャレンジしたい女性の一步を応援する全6回の講座です。
連続して受講・学ぶことで確実にステップアップしていきます。

2

講師は、地域で活躍する女性たちです。事業への思いやその
取り組み方を知り、アクションを起こすヒントを得ます。

3

普段の暮らしから自分の暮らす地域に関心を広げ、
自分で考え、参加者同士で学び合うことを大切にします。



SCHEDULE

第1回 開講式・オリエンテーション

「女性の一步を応援する連続講座」

日時／7月24日(日) 10:00-12:30

会場／新月公民館

第2回 ワークショップ

「先輩から学ぶ、はじめの一步の踏み出し方
～好き・得意を地域で活かす～」

講師／鈴木あい子氏(フィットネスサロン Seleno)
水野いずみ氏(いずみぱん)

日時／8月28日(日) 10:00-12:30

会場／市民福祉センター「やすらぎ」



第3回 ワークショップ

「自分らしさの発見+自分軸の探求」

講師／栗林美知子氏
(NPO法人ウィメンズアイ南三陸所長)

日時／9月25日(日) 10:00-12:30

会場／新月公民館



第4回 ワークショップ

「自分を伝える名刺づくり
～私のこれからのアクション～」

講師／鈴木歩氏(デザイナー、ペンシー代表)
加藤尚氏(デザイナー、ペンシー)

日時／10月23日(日) 10:00-12:30



第5回 ワークショップ

「地域の課題に目を向ける
～自分ごと化から始まる活動～」

講師／小野寺愛氏(スローフード三浦半島代表)

日時／11月13日(日) 10:00-12:30



第6回 ワークショップ・修了式

「小さな一步～わたしのアイデアが
地域をちょっぴり素敵にする～」

日時／12月11日(日) 10:00-12:30



*会場は、市内公共施設の予定です。
*今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、
日程・会場変更やオンライン開催に変更する可能性があります。



申込用紙

氏名

フリガナ

電話番号 / メールアドレス

電話番号

メールアドレス

託児の希望

なし ・ あり (人)

(託児希望のお子様について)

年齢

歳

ヶ月

男の子・女の子

(アレルギーの有無について)

生年月日

職業

年

月

日生

歳

講座に参加したいと思ったきっかけ・理由など

一步踏み出す、わたしに勇気を!

連続講座
全6回
10:00-12:30
日曜開催



チャレンジしたい女性の一步を応援する厳選プログラム
“いつか” やってみたいを“今から” 始めませんか?

アクティブ・ウーマンズ・カレッジ

第6期 (2022年度) 受講生募集!

SCHEDULE

第1回 開講式・オリエンテーション

「女性の一步を応援する連続講座」

日時/7月24日(日) 10:00-12:30

会場/新月公民館

第2回 ワークショップ

「先輩から学ぶ、はじめの一步の踏み出し方 ~好き・得意を地域で活かす~」

講師/鈴木あい子氏(フィットネスサロン Seleno)

水野いずみ氏(いずみばん)

日時/8月28日(日) 10:00-12:30

会場/市民福祉センター「やすらぎ」



第3回 ワークショップ

「自分らしさの発見+自分軸の探求」

講師/奥村美知子氏

(NPO法人ウィメンズアイ青三穂所長)

日時/9月25日(日) 10:00-12:30

会場/新月公民館



第4回 ワークショップ

「自分を伝える名刺づくり ~私のこれからのアクション~」

講師/鈴木多氏(デザイナー、ペンシー代表)

加藤尚氏(デザイナー、ペンシー)

日時/10月23日(日) 10:00-12:30



第5回 ワークショップ

「地域の課題に目を向ける ~自分ごと化から始まる活動~」

講師/小野寺愛氏(スローフード三浦半島代表)

日時/11月13日(日) 10:00-12:30



第6回 ワークショップ・修了式

「小さな一步~わたしのアイデアが

地域をちょっぴり素敵にする~」

日時/12月11日(日) 10:00-12:30

*会場は、市内公共施設の予定です。

*今後の新型コロナウイルス感染症の状況により、日程・会場変更やオンライン開催に変更する可能性があります。



CONTACT

申込締切 7月8日(金)

対象者 18歳~40代の女性で市内在住の方または
市内に通勤・通学をしている方。

申込先・お問い合わせ先

定員 15名

受講料 無料

託児 有り(無料、要事前申込)

申込方法 二次元コードよりフォーム申し込み、
又は電話。*氏名・住所・年齢等をお伝えください。



WEB申込はこちら

▶ 気仙沼市震災復興・企画部 地域づくり推進課 男女共同参画推進室
TEL:0226-22-6600 (内線334)

MAIL:chiiki@kesennuma.miyagi.jp

▶ 特定非営利活動法人ウィメンズアイ

TEL:090-6065-1517 / MAIL:k.activewoman@gmail.com



主催: 気仙沼市

企画・運営: 特定非営利活動法人ウィメンズアイ