

# みんなちがって、みんないい!!

## ひとり親家庭ライフプランセミナー

自分らしく一歩前へ、踏み出しても踏み出さなくても、みんなちがって、みんないい!!

あなたの生き方を全力で応援します!

「子育てや家事に日々頑張っているひとり親のみなさんに、たまには自分のためだけに時間を使ってほしい、そしてほんの一歩でも前に踏み出すきっかけになってもらえたら」そんな思いで、元気の出るセミナーイベントを企画しました。

たくさんの方に有意義な時間を過ごしてもらえよう、盛りだくさんのメニューをご用意してお待ちしています。ぜひご参加ください!



お子さま連れ大歓迎!



### 嶺北会場

11/26(日) 13:30~15:00

(12:30開場)雨天決行

福井市 きらら館

福井市風巻町第20号17番地

### 嶺南会場

12/10(日) 13:30~15:00

(12:30開場)雨天決行

若狭町 パレア若狭

三方上中郡若狭町市場18-18

### ライフプランセミナー

第1部 講演「自分の感情を上手に整えて、一歩前へ  
～イライラ、クヨクヨを手放すヒント～」

第2部 パネルディスカッション  
「経験者の語りから」

#### 講師

株式会社ハーモニーワークス  
代表取締役  
小倉 環さん



#### 【講師プロフィール】

人材サービス業にて採用メディアのコンサルティング、転職支援に従事したのち2015年に株式会社ハーモニーワークスを設立。以来、民間企業、官公庁、地方自治体において女性のキャリア支援事業を展開。幼少期に父が蒸発し、母一人でほ育てられた背中から、女性の経済的自立には専門性の高さが重要と子どもの頃から学び、現在に至る。昭和女子大学現代ビジネス研究所研究院。

【資格】キャリアコンサルタント(国家資格)

【メディア掲載】All About 女性のキャリアプランガイドほか、新聞・雑誌 多数

主催

福井県

事業受託団体

女性の社会生活活動部フルード 

協力

 KOSÉ  POLA

福井県子育て・育ち研究所「ぼこ・あ・ぼこ」 (一社)福井ゆめ教育協会(順不同)



## その他のメニュー・特典

### 託児あり、お子さま連れ大歓迎！

お子さまが喜ぶ遊びを用意しております。

※託児は小学生以下のお子さま  
※乳児さんの託児をご希望の場合は、  
お昼寝用のお布団持参をお願いします。



### キッチンカーがやってくる！

無料チケット券をプレゼント♪



ほっとひととき

### ハンドマッサージなどの リラクゼーションコーナー



### 法律の専門家による 無料相談コーナー



### 自分へのご褒美 癒し体験コーナー お土産付き♪



### セミナー参加者全員に フード等のプレゼント アンケートにご協力ください！



### 嶺北会場タイムテーブル

12:30	開場、キッチンカーオープン
13:30~15:00	ライフプランセミナー
15:15~16:45	KOSE×フルード協働企画 スキンケア&メイクアップ体験会 事前予約制、先着12名 POLA ハンドマッサージ 予約なし、当日受付け
12:30~16:45 セミナー中はclose	無料法律相談コーナー 予約なし、当日受付け
17:00	閉場、キッチンカークローズ

### 嶺南会場タイムテーブル

12:30	開場、キッチンカーオープン
13:30~15:00	ライフプランセミナー
15:15~16:45	「アロママ♡」さんの アロマワークショップ体験 事前予約制、先着12名 リラクゼーションコーナー (筋膜リリース専門店ころろ ・骨盤整体サロンGreen) 予約なし、当日受付け
12:30~16:45 セミナー中はclose	無料法律相談コーナー 予約なし、当日受付け
17:00	閉場、キッチンカークローズ

## 申込み

### 申込方法

各会場それぞれのQRコードからお申し込みください。



嶺北会場への  
お申込みはコチラ

申込み受付け期間  
10/18(水)~  
11/16(木)21:00



嶺南会場への  
お申込みはコチラ

申込み受付け期間  
10/18(水)~  
11/30(木)21:00

※当日受付けはできませんので必ず事前にお申し込みください。

### 詳細

定員 100名(先着順)

参加対象 ①福井県内にお住いのひとり親の方  
②離婚前/別居中でお子さんと同居されているひとり親の方

参加費 無料

### セミナーに参加されるみなさまへ

- ・検温など事前の体調確認をしていただき、発熱や風邪の症状がある場合はご来場をお控えください。
- ・予約をキャンセルされる場合は、contact@fruid.orgまでご連絡くださいますようお願いいたします。
- ・食事は指定されたエリアをお願いします。お持ち帰りは可能です。
- ・運営者または会場の都合により、イベント内容を予告なく変更する場合があります。

### お問い合わせ先

☎ 0776-20-0343 (福井県児童家庭課)

✉ contact@fruid.org (フルード)