

非正規で働くシングル女性のあなたへ ～知っておきたい、健康管理と介護のこと



現在またはこれから抱えるかもしれない自分の健康や介護への不安。
その不安を軽くするヒントを見つけてみませんか？
また、安心して話せる場所で少しおしゃべりしてみませんか？

参加したい回を
選べます



【第1回】*YouTube 配信

《配信期間》

令和5年2月3日(金)

～2月12日(日)



「これからの働き方と介護
～非正規で働くシングル女性のあなたへ」

講師：後藤 真理子さん

(社会保険労務士法人 WITH 特定社会保険労務士)

【第2回】*YouTube 配信

《配信期間》

令和5年2月17日(金)

～2月26日(日)



「コロナ禍での健康管理
～女性特有のからだの変化を知る」

講師：西里 真澄さん

(岩手医科大学看護学部 成育看護学講座講師)

【第3回】*交流会

令和5年3月4日(土) 10時～11時30分

場所：もりおか女性センター生活アトリエ
(プラザおでって5階)

定員：8人

「アレコレ、ゆる～りと話してみませんか」

ファシリテーター：もりおか女性センター職員



参加費：無料

(※配信視聴の通信料は自己負担)

対象：岩手県内在住の
非正規で働いているシングル女性
(シングルマザーを除く)

申込方法：1月4日(水)12時から、
申込フォームにて受付



※お申込みいただいた方へ

配信開始日2日前までに視聴URLをお送りします

主催：盛岡市、もりおか女性センター

【問い合わせ先】

もりおか女性センター

(指定管理者：NPO法人参画プランニング・いわて)

〒020-0871 盛岡市中ノ橋通1-1-10

プラザおでって5階

Tel：019-604-3303 Fax：019-601-4031

Email：mjc@sankaku-npo.jp



もりおか女性センターは、
SDGsの実現に向けた活動に参画しています。