



# わたし時間をつくるための 仕事と人生の時間効率術

自分や周りの人のために頑張っているあなた、自分の時間は取れていますか？新しい考え方やテクニックを学び、段取り上手になって一息ついたり本当にやりたかったことが出来るワタシになりましょう！

日時

令和6年 3月16日（土） 10:00～11:30

会場

橋本市教育文化会館3階第1研修室  
(橋本市東家1-6-27)

参加費無料

定員

60名（申込先着順）

手話通訳・一時保育希望の方は3月8日(金)までにお申込みください。

持ち物

TODOリストを作成する際に使用しますので、今後のスケジュールが分かるものをお使いの方はご持参ください。  
(手帳やスマートフォンのスケジューラーアプリなど)



講師

まきもと ちさと  
榎本 千里 氏

(ワークライフバランスコンサルタント/働き方改革アドバイザー)

申込方法

下記“参加申込書”をご利用の上、郵送、FAX、電話、メールまたは申込みフォームからお申込みください。

【郵送先】〒648-8585 橋本市 総合政策部 人権・男女共同推進室（住所不要）あて  
TEL：0736-33-1229（直通） FAX：0736-33-1665 E-mail：jinken@city.hashimoto.lg.jp



主催：橋本市

申込みフォーム

## 令和5年度ワークライフバランス講演会参加申込書

氏名			
住所			
連絡先	手話通訳	希望する	希望しない
一時保育 申込み	氏名（ふりがな）	生年月日	性別
	氏名（ふりがな）	生年月日	性別