

リオラご利用の際は、手洗いと手指消毒、検温とマスク着用にご協力ください。

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1 休館日	2	3	4	5	6	7 休館日
8 休館日	9	10 再就職応援セミナー (オンライン)	11	12	13 ハローワーク 出張女性就労相談	14 休館日
15 休館日	16	17	18 ブラッシュアップ セミナー	19 イライラ・ モヤモヤ相談室	20 マネー相談	21 休館日
22 休館日	23 休館日	24 ・ライフデザイン+ (個別相談のみ) ・わくわく工作ひろば	25	26	27 キャリア☆ナビ	28 休館日
29 休館日	30		<p style="text-align: center;">支援者向け 女性が本来の力を発揮するために ～自己変容のエンパワーメント～ ※詳しくは別紙チラシをご覧ください</p>			

各講座・相談等の詳細は、裏を参照してください。すべてお子様と一緒に受けることができます。

★11月のセミナー&相談

10日
(火)

再就職応援セミナー(全7回)、参加料無料 Zoomを使用したオンラインセミナーです!

【時間】10:30～11:30 定員5名(要予約)

再就職に向けて、何から始めればよいか、どんな準備をすればよいか…
履歴書の書き方や面接のポイント、子どもの預け先など、さまざまな不安や
悩みを一つずつ解決していきましょう。

第3回のテーマは『応募書類の書き方のコツ～履歴書・自己PR～』

キャリアカウンセラー 安藤摩里先生



求職活動実績の対象セミナーです。
1回だけの参加もOK!もちろん、
複数回参加も大歓迎です!
気軽にご参加ください。

18日
(水)

ブラッシュアップセミナー(無料)

Zoomを使用したオンラインセミナーです!

【時間】18:30～20:00 定員7名(要予約)

【テーマ】自分に合った片付け方法を知り、楽に快適に過ごそう
～「利き脳」でわかるタイプ別快適収納～

「利き脳」とは、考えたり、行動したりするときに、心地よくスムーズに
使える脳であり、自分にとってスムーズに使える脳を知ること、自分の
得意な収納方法を見つけることができます。

「利き脳」を味方にし、家庭でも仕事でも使えるストレスのない収納術を
身につけませんか?

ライフオーガナイザーひと宮 服部ひとみ氏



★夜の開催★
昼間の参加は難しい方…
必見です!



13日 (金) ハローワーク出張相談 (無料)

10:30~15:30

定員4名(要予約・1人45分間)

ハローワーク美濃加茂による出張相談です。

完全予約制です。ご予約は前日の11時で締切とさせていただきます。

19日 (木) イライラ・モヤモヤ相談室 (無料) 電話相談受け付けます 怒りのコントロール!~アンガーマネジメントでスッキリ!~

【個別相談】10:30~15:30 定員4名(要予約・1人45分間)

家庭や職場、身近に起こるできごとからくるイライラモヤモヤを、**アンガーマネジメントコンサルタント 渡辺佳奈子先生に相談できます。**

少しでも日々のストレスを減らし、笑顔で過ごしましょう!

24日 (火) ライフデザイン+ (プラス) (無料) 電話相談受け付けます

【個別相談】10:30~15:30

定員4名(要予約・1人45分間)

※個別相談のみです

家庭のこと、仕事のこと、子育てや介護との両立自分にはどんな仕事が合うのかなど…

ちょっとした悩みやモヤモヤを、**キャリアカウンセラー 安藤摩里さん**に相談ができます。

お子さま連れでも大丈夫です。

20日 (金) 女性のための マネー個別相談 (無料) 電話相談受け付けます

10:30~15:30

定員4名(要予約・1人45分間)

家計のことから教育資金、保険、老後の備え

まで人にはなかなか聞けないお金の話を、

ファイナンシャルプランナー 折戸知美先生

に気軽に相談できます。あなたにとっての

理想的なライフプランをたてましょう!

お子さま連れでも大丈夫です。

24日 (火) ☆わくわく工作ひろば☆

11月の工作は秋の味覚にちなんで画用紙できのこのお面をつくりましょう♪

①10:30~11:30 (各回2組先着順・参加無料)

②13:30~14:30

※会場内1組と人数制限をしながら行います。お待ちいただくこともあるかと思いますが、ご了承ください。ぜひ、遊びに来てね!



9月の工作は画用紙や新聞紙をビリビリと思いのまま破り紙コップにペタペタ貼りミノムシ君を作りました(^^) /

一つとして同じ形のない

破った画用紙でとてもかわいい

ミノムシ君ができましたよ♪



ACCESS 【予約・申し込み】

〒505-0023 美濃加茂市野笹町 2-5-65

MEGA ドット 林 テ UNY 美濃加茂店 2階 カーブスさん隣

TEL 090-9022-2200 (リオラ直通)

MAIL caminho@city.minokamo.lg.jp

instagram 更新しています!

リオラの講座情報や、セミナー開催報告など、写真付きで紹介しています☆ フォローお待ちしております☆

・Caminho ホームページ(→QRコードを読み取ってね)



★リオラスタッフノート★

皆さんこんにちは。気が付けば2020年もあと2か月。1年があっという間ですね。年末といえば大掃除をする方も多いのではないのでしょうか。「毎年のことだけど時間がかかる」「収納がうまくいかない」そんなことはないですか。もしかしたら「利き脳」が関係しているかも…。気になった方はブラッシュアップセミナーを受講してみてくださいね。

リオラスタッフ 横山