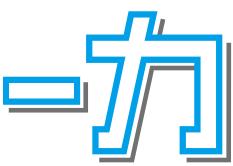
College

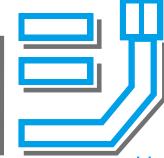
人脈 ブくりに!

新し切 ジブソ 探しに!

照来 設計[2]







allege

全5回

情報交換会

(軽食付)

様 の

講

座

ココカラ

仕事帰りの

カレッジ Naganoからはじまる New Style の大人の学び場 College!

新たな"New"出会い 新たな"New"発見 それが N-カジです!

第1回 $1/17_{\text{x}}$

~数字でみよう!ジブンの描く未来~ やっぱり大切な

お金のライフプラン シミュレーション

for life



^{講師} ソニー生命保険(株) 長野支社 田子将一さん

^{会場} Cafe Salad taberu

第2回

~仕事・結婚に役立つ~

communication 相手と自分 たった5分で

よりよい関係を築く方法



鈴木 優子さん

ロズベリーカフェホール

第3回 $2/9_{\oplus}$ ~ 今の自分を知って、未来の自分を描こう~

自分・仕事・家族の カタチ

life career management



産業カウンセラー 柏原 吉野さん

BOSSA

第4回 2/**21**_水 ~自分が変われば周リが変わる~

輝く未来の 作り方

for business



^{講師} 人とホスピタリティ研究所 代表 高野 登さん

COLORFUL

第5回 2/28₃k ~シンクロ元日本代表の箱山愛香さんと語ろう~

自分の夢を叶えるための 心の持ち方 toughness



講師 シンクロ元日本代表選手 箱山 愛香さん

Burano

主催

長野市(こども未来部マリッジサポート課)

お問い合わせ先(運営委託)

社会人ライフデザインセミナー「N-カジ」運営事務局 株式会社アクテック内 TEL.026-222-6670



お届けす



1/17水

やっぱり大切な

お金のライフプランシミュレーション

 $19:00\sim21:30$

生命保険(株) 長野支社 田子 将一さん Cafe Salad taberu (長野市南石堂町1266)

ジブンの人生をしっかりと舵取りするためには大切な「お金」のことを知っておくことが大事! ライフプランシミュレーションを使ってジブンの未来のお金の流れを可視化してみましょう!



第2回

~仕事・結婚に役立つ~

 $1/31_{x}$

相手と自分 たった5分で よりよい関係を築く方法

19:00~21:30

場所 ロズベリーカフェホール(長野市鶴賀田町2194-12)

仕事、恋愛、結婚、子育てとあらゆるライフステージで必要となるコミュニケーションのチカラ。 未来の自分を想像しながら、様々な場面で「より良い関係」を築くヒントを学びましょう。

第3回

~今の自分を知って、未来の自分を描こう~

2/9_{\$\pi} 19:00~21:30 自分・仕事・家族のカタチ

講師 産業カウンセラー 柏原 吉野さん

Party & Dining BOSSA (長野市南石堂町1423番2)

これからの時代の「働き方」や「家庭」について考えます。働き方も家族のカタチも人それぞれ。 自分の未来を想像してみましょう。

<u>life career management</u>

第4回

~自分が変われば周リが変わる~

19:00~21:30

く未来の作り方

講師 人とホスピタリティ研究所代表 高野 登さん 場所 カフェレストラン COLORFUL (長野市南千歳1-16-14)

人生100年時代!これからの人生の「豊かさ」とは何でしょう?輝く人生を送るために大切なことを、 元リッツ・カールトン日本支社長 高野登さんからお聞きします。

高野さんの主な著書: 「リッツ・カールトンが大切にするサービスを超える瞬間 | 「品格を磨く | など。

for business

第5回

~ シンクロ元日本代表の箱山愛香さんと語ろう~

自分の夢を叶えるための心の持ち方

2/28水 19:00~21:30

講師 シンクロ元日本代表 箱山 愛香さん

. 花と緑のレストラン Burano(長野市居町55) ※駐車場あり(40台)

シンクロ元日本代表 箱山愛香さんをお迎えして、厳しい練習に耐え、夢に向かって取り組んだ日々の こと、その時の心の持ち方、そして、引退後の生活などについてお聞きします。

※第1~4回は駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。

※アルコールの提供はございません。





全5回

情報交換会 (軽食付

【対象】市内在住・在勤か、

長野市に移住を

20~35歳までの

希望している

独身者

 $19:00 \sim 20:30$

講義、グループワークなど

20:30 ~ 21:30 情報交換会(軽食付)

普段、なかなか出会う機会の ない異業種の方とも知り合う チャンスです!同世代の仲間 づくり・人脈づくりに!みん なでFUN&HOTな時間を過ご しましょう!

mental toughness

応募方法

右記QRコードかホームページでお申し込み、または下記の参加 申込書に必要事項を明記し、FAX・郵送にてご応募ください。

※応募人数多数の場合には、厳正なる抽選の上、参加の可否を運営事務局からメールかお電話にてご連絡 いたします。※また当選後のキャンセルは原則お受けできません。予めご了承ください。

長野市こども未来部マリッジサポート課 〒380-8512 長野市大字鶴賀緑町1613番地 FAX.026-224-8569

ご縁ながのココカラ https://goen.nagano.ip

※いただいた個人情報は慎重に取り扱い、セミナーに関わるもの以外には使用いたしません。

※いただいた個人情報をご本人の同意なしに業務委託先以外の第三者に開示・掲示することはございません。ただし法令により開示を求められた場合を除きます。 参加申し込み後のご参加の可否および当セミナーの詳細情報は、下記運営事務局から各締切日後にご連絡させていただきます。

◆長野市主催「N-カジ」運営事務局・株式会社アクテック内 TEL.026-222-6670

| 送信元アドレス | city-nagano-lifedesign@actech.ne.jp *ご注意: こちらのアドレスは申し込み受付先ではございません。

参加申込書 必要事項をご記入の上、 FAX、郵送にて上記応募先までお送りください。 参加希望セミナ (複数選択可) 第1回・第2回・第3回・第4回・第5回 ふりがな 男・女 H. 名 市内在住・市内在勤・長野市移住希望 住 所 (∓) メールアドレス 携帯番号



