



自分を魅せる、

# 印象アップ講座

～メイク・表情・姿勢・発声～

令和  
5年

9

月

11

日

月

10:30～12:30

参加無料(要予約)

保育無料(要予約)

会場 ▶ フレアス舞鶴(舞鶴市男女共同参画センター) 京都府舞鶴市宇余部下1167(中総合会館5階)

## セミナー内容

人の第一印象は約6秒で決まると言われています。さりげない清潔感や自然な笑顔、のびやかな声。相手により第一印象を伝えることは、円滑なコミュニケーションの一步となります。この講座では、ポイントメイクをはじめ、笑顔の作り方、発声、身のこなしなど、すぐに実践できる印象アップのポイントをお伝えします。

## 講師

村井 加代子(マザーズジョブカフェ研修講師/バレエ教室主宰)

本セミナーはフレアス舞鶴(舞鶴市男女共同参画センター)と京都府が開設する女性のための就業支援施設「マザーズジョブカフェ」の共催事業です。

## 対象

市内在住の働きたい女性の方など

## 定員

15名(要予約・先着順)

## 持ち物

スタンド式の鏡、普段お使いの化粧用具(あれば)  
動きやすい服装と靴でお越しください。

## 申込

電話にて「氏名」「電話番号」「生年月日」「住所」  
「保育を希望されるお子さんの人数と年齢」を  
舞鶴市人権啓発推進課までお知らせください。

追ってマザーズジョブカフェ(TEL:075-692-3445)から  
事前参加確認等の連絡が入ります。

## 保育

生後6か月～就学前のお子さん(定員あり・要予約・無料)



JR【東舞鶴】駅・【西舞鶴】駅から  
それぞれ京都交通バス「中舞鶴」バス停下車すぐ

受講にはマザーズジョブカフェ又は京都ジョブパークへのご登録が必要です。(当日の登録も可能)  
セミナー参加の方は、ハローワーク求職活動証明書が発行されます

## お願い

- 来所時の手指の消毒、検温にご協力いただいております。マスクは個人の判断によりご着用ください。
- 発熱やせき、体のだるさ等の体調不良がみられる場合は来所をお控えください。
- 会場内は適宜換気を行いますので、暑さ・寒さを調整できるよう各自対策のうえお越しください。
- 京都府内の感染発生状況によっては実施を見送る場合がございますので、ご了承ください。

お申込み・  
お問い合わせ

舞鶴市人権啓発推進課

TEL. 0773-66-1022

受付時間：8時30分～17時(土・日・祝日除く)  
京都府舞鶴市宇余1044