

脳科学的ユメカナ講座

～夢を叶える第一歩～

全3回



「できない」を「できる」に変える！脳科学的ユメカナ講座。
自信とやる気を高める心の習慣付けと脳トレで、
あなたの本当の“おもい”を見つけ、輝く未来へ。
キャリアも子育ても、笑顔で楽しい毎日を掴みましょう！



第1回

10月18日（土）

10:00～11:30

へきしんギャラクシープラザ 講座室

【脳のしくみと思考癖】

- ・頑張っているのに「うまくいかない」理由とは？
- ・「できる」ようになる考え方のポイント

第2回

11月8日（土）

10:00～11:30

へきしんギャラクシープラザ 202会議室

【認知行動で自分を知る】

- ・認知行動で自分を知る
- ・自己効力感を高める脳トレワーク

第3回

11月29日（土）

10:00～11:30

へきしんギャラクシープラザ 講座室

【夢を叶える目標設定】

- ・になりたい自分を設定しよう！
- 夢を叶える目標設定ワーク



安城市内在住・在勤・在学の

対象者：キャリアや子育てに悩む女性

定員：20名 参加費：1,000円（受講料300円、教材費700円）



～講師紹介～

手島 佳子 NLPトレーナー

金融機関に約20年勤め、営業店、人材開発、営業企画に携わる。
NLP（別名：脳の取扱説明書）を習得し、クライアントの能力を引き出す専門家として企業研修・コーチングを行っています。



【お申し込み・お問い合わせ】

主催：安城市生涯学習課

連絡先：0566-76-1515

受付時間 9：00～17：00（祝日を除く月曜休館）

WEB申込はこちら



- ・9/3(水)9:00～9/11(木)17:00に市公式ウェブサイト「市民企画講座」のページまたは二次元コードからお申し込みください。
- ※抽選結果は、9/12(金)16:00以降に二次元コードの「市民企画講座抽選結果発表」からご確認ください。
- ・定員に達しなかった講座は9/12(金)以降電話で申し込みを受付します。（先着順）
- ※参加費の支払方法、持ち物等のご案内を抽選結果ページ内に記載します。

【企画・運営：ウィメンズネット安城】

【個人情報の取扱いについて】 お申込みの際にお預かりした個人情報は市民企画講座の運営に関してのみ使用します。