

はもりあカレッジ2025

この講座は、四日市市男女共同参画センターの委託を受け、
マドレボニータ東海TOMOSが企画、運営いたします。



夫婦で踏み出す!

仕事と家事の両立ができる!

働く1日の時間割づくりセミナー

受講料・託児料 無料!!



第1回 令和8年2月7日(土) 10:00~12:00

「わたしの不安はどこから? /
わたしだけのマインドマップづくり」



第2回 令和8年2月14日(土) 10:00~12:00

「ママー一人で頑張らない! /
夫婦で「育む働く1日の時間割づくり」



企画・運営

マドレボニータ東海TOMOS(トモス)

対象

市内在住・通勤の妊娠中、育休復帰予定、または再就職希望の女性で、全2回参加できる人(第2回は夫婦参加可)

定員

12人 ※先着順

託児無料!

生後6ヶ月~未就学児
令和8年1月28日までに要申込み

申込

R7年12月23日(木)9:00~申込みスタート!!

Tel, Fax, Email, 申込みフォーム いずれかで申込み

講座名、住所、名前、電話番号、
託児の有無(必要な場合は子どもの名前と年齢)
をお知らせください

tomos

TOKAI MOTHERS SHINY

マドレボニータ東海TOMOS(トモス)

ホームページ
あります! →



場所

本町プラザ3F会議室

馬主車場は、市営本町駐車場、又は市営中央駐車場を
ご利用の場合、無料処理をさせていただきますので、
駐車券を忘れずお持ちください。※それ以外は有料になります。

申込み・問い合わせ

四日市市男女共同参画センター「はもりあ四日市」まで

Tel 059-354-8331

Fax 059-354-8339

Email kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

申込みフォーム



四日市市男女共同参画センター「はもりあ四日市」行

FAX: 059-354-8339

受講申込書

講座名	＼夫婦で踏み出す！／ 仕事と家事の両立ができる！働く1日の時間割づくりセミナー
ふりがな お名前	
ご住所	〒
電話番号	
託児	名前 (歳 カ月)



市営中央駐車場・市営本町駐車場は、駐車券持参で無料処理させていただきます。
その他の駐車場は有料となります。