

明日を変えるヒント講座 ～その判断、偏ってない？～

R7
10.5 (日)

午前10時～11時30分
事前予約制

会場

豊橋市男女共同参画センター「パルモ」
(ライフポートとよはし内)

定員

30名 (抽選)



講師 水藤麻美さん
(オフィスサミ代表)

どなたでも
受講料無料

- 1.講義 : 無意識の「思い込み」って？
身近な事例やクイズで学ぶアンコンシャス・バイアス
- 2.ワーク : 体験ゲームで気づく自分の思考

日常の中で、誰もが無意識に持っている“思い込み”。
それに気づくだけで、人との関わり方や自分の捉え方が、ちょっと変わってくるかもしれません。
今回のセミナーでは、ゲーム感覚で楽しみながら、「アンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み）」について学びます。かた苦しい講義ではなく、身近な話題をテーマにした気づきと発見の90分です。
どうぞ気軽にご参加ください！

申込み方法： 市民協働推進課HP、電話、FAX (申込書は裏面)

豊橋市市民協働推進課 (西館4階)
〒440-8501 豊橋市今橋町1番地
E-mail shiminkyodo@city.toyohashi.lg.jp

☎ 0532-51-2188
FAX 0532-56-5128 (裏面参照)

お申込みは令和7年9月21日(日)まで！

ここから申込みできます→



申込書 (FAX: 0532-56-5128)

ライフアップセミナー

『明日を変えるヒント講座～その判断、偏ってない?～』

住所	〒		年齢	歳
フリガナ 氏名		電話番号	()	ー
メールアドレス				
一緒に参加される方がありましたら 氏名、年齢をご記入ください。 フリガナ 氏 名 : 年 齢 : 歳				
このチラシをどこで手に取られましたか? a 男女共同参画センター b 市役所じょうほうひろば c 窓口センター d 図書館 e 生涯学習センター f 校区市民館 g プラット h その他 ()				
<託児を希望される場合> 予約制です。子ども1人につき1回150円 子どものフリガナ氏名 : /年齢: 歳 ヶ月/アレルギー: 有 ()・無 子どものフリガナ氏名 : /年齢: 歳 ヶ月/アレルギー: 有 ()・無 (記入していただいた個人情報はこのセミナーの受付等に使用し、他の目的には使用いたしません)				

男女共同参画センター「パレモ」のご案内

開館時間 午前9時～午後9時

住 所 豊橋市神野ふ頭町3番地の22 (ライフポートとよはし内)

休 館 日 毎月第3月曜日

電 話 0532-33-2800

ロビー、図書室、ギャラリーで無料Wi-Fiがご利用いただけます。テレワーク、Web会議等にご活用ください。
(ご利用の際は、事務室までどうぞ。)

図書貸し出しサービス

＼女性活躍の本など蔵書多数／

- おひとり3冊まで、2週間借りられます。
- ゆっくり読書ができる図書コーナーもあります。
- 返却は、市役所東館1階のじょうほうひろばでも可能です。



こんなこともできます！

- 会議室 (定員 25 人) ……集会や研修の場として利用できます。
- 第1～3研修室 (各定員 30 人) ……パーティションを外せば定員 100 人で利用できます。
- 美術工芸室 (定員 40 人) ……イーゼル、大工道具等を備えています。
- 調理実習室 (定員 40 人) ……調理設備のほか、実習後に落ち着いて会食ができる部屋を備えています。
- 和室 (30 畳、10 畳) ……茶華道、着付け、舞踊などの練習に利用できます。
- フィットネスルーム (定員 40 人) ……エアロビクス、ジャズダンスなどの軽運動に利用できます。

男女共同参画を推進する団体の交流室、講師控室、託児室もあります。

利用申請や利用料金などの詳細は、豊橋市 HP をご覧ください♪

「豊橋 パレモ」で検索！