

“私なんか”から抜けだそう!

3/1 SAT. 10:00 ~ 11:00

名古屋市北スポーツセンター 第1会議室

結婚、出産、入学…
ライフイベント
が訪れるたびに
仕事と家庭の両立が
不安になる

「子供がまだ小さいから」
「女性だから」
家事も育児も、自分が全てこ
なさなければいけないと思っ
てしまう

現状に満足している
わけではないけど、
不安であと一歩が
踏み出せない

「わたしなんか…」
と心のどこかで
思っている

子どもとの向き合い方、何かを決断する際の
心構え、キャリアの選択…
自身の経験を交えて皆さんからの質問にお答
えしながらお話しします



@PUNYUUGRAM
講師インスタグラム

講師 yuu

つばみ、五分咲き、満開
さまざまあるけれど、私たちの中にある
成長の種をどうするかは自分次第。
自身にとって素敵な花を咲かせられます
ように。



1989年生まれ。小学校2年生の子を持つシングルマザー。
育児休業を3年取得し、職場復帰後は時短勤務で子育てに全力
投球する中で、自身のキャリアを見つめなおし、転職を決意。
現在は、大手ビジネス教育企業においてコンサル業務をする傍
ら、自身が代表を務めるアパレルブランドSugar.を立ち上げる
ほか、SNS発信や執筆活動もしている。
Instagramフォロワー数4.9万人。
著書「東大脳を育てる3歳までの習慣」(小学館)

申込方法

名古屋市電子申請サービスより。(右記QRコードにア
クセス、もしくは名古屋市電子申請サービスWEBサイ
トにて「私なんか」で検索)



申込期限

令和7年2月20日(木)※応募多数の場合抽選(定員40人)

対 象

主にプレ親～学齢期の子を持つ親(北区、名古屋市にお住まいの方優先)
※託児サービスはありません。お子様の席も必要な場合は、お子様を含めた
人数分のお申し込みが必要です。

お問合せ

北区役所民生子ども課 子ども家庭支援担当

TEL:052-917-6514

e-mail: a9176518-02@kita.city.nagoya.lg.jp