



# 10年後の私、何してる？

女性のための就労支援講座

# 50歳からの

# 仕事・生き方・私

いくら  
備える？

どのように  
働く？

「下流老人」「106万円の壁」  
ファイナンシャルプランナーが  
気になる話題から徹底解説！

「ずっと働いていなかったけれど、また働きたい」「もっとやりがいのある仕事がしたい」  
「定年後の生活を見据えて、もう少し収入が欲しい」など、再就職を目指す女性の働く  
目的や希望する働き方はさまざまです。

「50歳からのライフキャリアを考える」講座が大好評の講師・西村明希子さんと一緒に、  
自分が納得できる「仕事」「生き方」「お金」のバランスや、  
10年後に笑っている自分を作るためのヒントを探してみませんか。

# 7/22.7/29

## いずれも金曜日の午後2時～4時30分

- ◆ 対象：50歳からの生き方考える女性
- ◆ 定員：20人（2回とも参加できる方・先着順）
- ◆ 保育：5か月～就学前まで（要予約）
- ◆ 参加費：無料
- ◆ 会場：三茶おしごとカフェセミナールーム（世田谷区太子堂2-16-7 世田谷産業プラザ2階）
- ◆ 講師：西村明希子（Career-A 主宰、ライフキャリアコンサルタント）  
飯村久美（FP事務所アイプランニング代表、ファイナンシャルプランナー）※第2回目のみ
- ◆ 申し込み：6月1日（水）午前10時から、電話・FAX、または、らぶらすのホームページから  
電子メールで受け付けます。  
※FAXの場合は、講座名・氏名・電話番号・保育希望の有無（有の場合は、お子さんの名前と年月齢）を  
明記してください。

▶ナビゲーター  
西村明希子（Career-A 主宰）



申し込み・問い合わせ先 世田谷区立男女共同参画センターらぶらす

〒155-8666 世田谷区北沢2-8-18 北沢タウンホール 10階  
小田急線、京王井の頭線「下北沢」駅南口から徒歩5分 小田急バス「北沢タウンホール」下車  
TEL 03-5478-8022 FAX 03-5478-8026

らぶらすの情報は、以下のホームページでご覧になれます。

らぶらすHP <http://www.laplace-setagaya.net>

世田谷区HP [施設](#)→[暮らし・生活関連施設](#)→[男女共同参画センターらぶらす](#)



らぶらすホームページ

申し込みの際にいただく住所、氏名、電話番号等の個人情報は、参加者名簿の作成、キャンセル待ち登録名簿の作成および必要な場合の連絡以外の目的に使用しません。

**「これからの働き方や生き方を一緒に考え、  
ライフキャリアを自分自身で描けるようサポートします。」**

**西村明希子 (Career-A 主宰、ライフキャリアコンサルタント)**

TBS「スポーツチャンネル」初代キャスター。フリーキャスターに転身後も、東京キー局を中心に30年にわたり生放送のスポーツ・社会情報番組を担当し、そのインタビュー件数は、延べ20,000人を超える。

2008年からはCareer-Aを主宰し、自分らしい働き方+生き方を考える個別キャリアカウンセリングをスタート。豊富なインタビュー経験で培った「対話力」を活かし、コーチングスキルを取り入れた、相談者とじっくり向き合い、自己理解を深めていくスタイルが、相談者からは「自分らしさがわかると、自分が進む方向性がはっきりする」と大好評。「予約が取れないキャリアカウンセリング」として口コミで人気が広がっている。

現在、都内大学・キャリアデザイン講師、離職者再就職支援講師、女性の生き方働き方キャリアカウンセリング、都立特別支援学校高等部キャリアカウンセラー等で活躍中。

教育、経済、マスメディア業界のシンポジウム・ファシリテーターを務めるほか、「スポーツがもたらす人間形成、ワークライフバランス、女性のライフキャリア」をテーマに講演活動も行っている。

【主な保有資格】

- 国家資格キャリアコンサルティング2級技能士
- JCDA キャリア開発プロフェッショナルアドバイザー CDA
- 「公財」日本女性学習財団 キャリア形成支援士
- 国際コーチ連盟プロフェッショナル認定コーチ

**「お金の知識をわかりやすく伝え、  
安心できる家計にナビゲートします。」**

**飯村久美 (FP 事務所アイプランニング、ファイナンシャルプランナー)**

金融機関在職中にファイナンシャルプランナー (FP) の資格を取得。夢とお金をリンクさせて、人生を前向きに生きるライフプランの考え方に共感する。自分自身も子育てを機にやむを得ず退職した際、漠然と抱いていた不安をライフプランで解消した。

その経験を伝え、ライフプランを通じて家族が夢を持ち、1人ひとりが自分らしく生きることを目的に2006年FP事務所アイプランニングを開業。これまでの家計診断は700件を超え、家計の健全化をサポート。

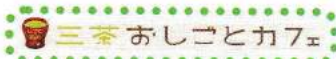
セミナー講師コンテスト「E-1 グランプリ」第3回大会ではグランプリを受賞。著書に、「子どもを持ったら知っておきたいお金の話」(中経出版)、「ズボラでもお金がみるみる貯まる37の方法」(アスコム)がある。



**講座内容**

- ▶ 2回の講座をとおして、「50歳」をキーワードに、自分の人生の中で「仕事」をどのように位置付けて生きるかについて考えます
- ▶ 自分が納得できる「仕事」「生き方」「お金」のバランスを考えるヒントを学びます
- ▶ 自分自身が持つ働く目的や希望する働き方を整理して、「自分に合う働き方」のイメージを明確にします！

**会場案内**



東急田園都市線、世田谷線三軒茶屋駅から徒歩2分

**「再就職に向けて何か始めたい！」**  
そんな方には、三茶おしごとカフェが  
講座終了後も引き続きサポートします！

