

働く女性のためのソーシャルキャリアカレッジ

知・美・健を通して生活を楽しむ **チャームアップ**

ヨガ、メイク、アロマ、フラワーアレンジメントなど、健康で美しく輝く講座、また、趣味や教養を広げるための講座を通して、イキイキと働く女性を応援します。

< 受講料 >
 パソナグループ各社にご登録の方 : 2000円
 一般の方 : 2800円
 2013年12月より料金を改定いたしました

今月のおすすめ講座

～東京で人気の講座が大阪に上陸！～

誕生数秘学 ～基礎編～

2月25日(火) 18:30～20:30

「誕生日だけでここまでわかる！本当の自分と出会う旅！自分を知って上手に活かす」誕生数秘学とは運命学の一つで、「カバラ/数秘術」の考え方をベースに、過去・現在・未来の3つのテーマ数を算出し、自らの運命・使命・魂の方向性等を探る事を目的とした古代からの学問の一つです。今回は基礎編として、個人の才能や資質・魅力を読み解きます。

持ち物 / 計算機(携帯の計算機能も可) 筆記用具
 講師 / 大庭 佳子



～土曜日開催！！～

陶芸倶楽部

2月22日(土) 10:30～12:00

「手ひねり」という手法を使ってコップ、お皿などあなたのオリジナル作品を作りませんか？無心に土に触れて、ものづくりに没頭することで精神的な安定やリラクスの効果もあります。陶芸家である講師が丁寧に指導します！

受講料 / スタッフ 2,500円(材料費込)
 一般の方 3,300円(材料費込)

持ち物 / エプロン、タオル、筆記用具
 肘までまくれる服装

講師 / 上中 剛司

焼き上がりには、最低1ヶ月以上かかりますので、作品はご来社いただき直接お渡しいたします。



魅惑のベリーダンス

2月26日(水) 18:30～20:00

ベリーダンスは女性が気になる身体のパーツを動かします。腰肩お腹の引き締め効果大！飛んだり跳ねたりしないのでダンス初心者や年齢的な不安を抱えている方でも身体への負担が少なく楽しく始められます。

持ち物 / 運動に適した服装・水分・タオル
 持っている人のみ：ヒップスカーフor大判のスクarf

一部貸出有り(腰に巻いて使用します)

講師 / Mizuki



ヨガセラピストによる リラクソスヨガ講座

2月 5日(水) 18:30～20:00
 2月19日(水) 18:30～20:00

インドで学んだヨガセラピストによる、本物のリラクソスヨガをお教えます。

持ち物 / ヨガマットorタオル大
 ヨガベルトorスポーツタオル
 運動に適した服装
 水分(水やお茶)

講師 / TAKAKO

ヨガマットの貸出し有り(先着順)



スタイルアップヨガ！

2月13日(木) 18:30～20:00
 2月27日(木) 18:30～20:00

身体に負担をかけずに体幹を強化し、歪みを整えていくので、基礎代謝を上げ、太りにくい身体としなやかなボディラインを作っていきます。心地よく全身を動かしてスッキリとリフレッシュ！初心者の方も身体が硬い方も大歓迎です

持ち物 / ヨガマットorタオル大
 ヨガベルトorスポーツタオル
 運動に適した服装、水分(水やお茶)

講師 / MAIKO

ヨガマットの貸出し有り(先着順)

オーラソーマ色彩心理

2月7日(金) 18:30～20:00

こころと身体に働きかける“色の不思議”について学び、日常生活に活かす方法をレクチャーします。カラーボールを使い、心の状態のセルフチェックも体験いただけます。“こころ”スッキリ、充実した毎日を手に入れましょう！

持ち物 / 筆記用具

講師 / カラーセラピスト 小宅 ヒロコ
 英国オーラソーマ社認定プラクティショナー



BAR de 英会話～旅行スケジュール編～

2月18日(火) 18:30～20:00

ネイティブ講師が教える英会話レッスン！
 2014年からは新講師、カナダ人ブラッドリーが担当！
 旅行プランニング方法をバーチャル形式で学びます。
 BARで1杯飲みながら「Let's Planning a Day Abroad!」

持ち物 / 筆記用具

講師 / ブラッドリー・ヴェレギン



美食ワイン倶楽部～女子会チョコレートワイン～

2月17日(月) 18:30～20:00

ワインとチョコレートの意外な関係！チョコレートとの組み合わせは、初体験の方も多いと思いますが、体験すると“ビックリ”のおいしさです。チーズと同じように相性がありますが、簡単にポイント知っておくと女子力アップです

講師 / 和田 真紀子 ソムリエール

上記の受講料は材料費込みです。
 ただし、2/6(木)17時以降のキャンセルは
 食材発注の為2,000円を頂戴いたします。



講座の内容・日程は変更になる可能性がございます。
 状況により講座を閉講させて頂く場合がございますので、予めご了承下さい。

ご予約・お問合せ

株式会社パソナ
 WOMEN'S CAREER COLLEGE 担当
www.pwcc.jp/
 06-7636-6070

開催場所
 パソナグループビル
 (大阪府中央区淡路町4-2-15)



大阪市営地下鉄御堂筋線
 ・本町駅 2番出口 徒歩5分
 ・淀屋橋駅 13番出口徒歩7分
 京阪淀屋橋駅より御堂筋を南へ徒歩10分