

タイムマネジメントが上手くなる デジタルツール活用術



～あなたにも秘書を！女性の視点でお届けします～



PC やスマートフォンなどのデジタルツールを活用し、タイムマネジメントやタスク管理を
実践する講座です。今や、ビジネスのみならずプライベートでも使用率の高いデジタルツ
ールを駆使し、あなたの秘書として活用してみませんか？
時間を効率よく使う方法を学びたい方、今お持ちのデジタルツールをさらに活用したい方、
現在デジタルツールを検討中の方などにお薦めです。女性ならではのきめ細やかな視点でお
伝えします。(デジタルツールをお持ちでなくてもご参加いただける内容です)



【講師略歴】大場淑代

・ PERSONAL GRACE 講師 ・ (財)生涯学習開発財団認定コーチ
神戸大学医学部保健学科卒。卒業後作業療法士として地域やデイケア、院内作業療法など精神
科・高齢者分野でのリハビリテーションに従事。2002年より約1年半渡米し、老人ホームの
ボランティア活動をする。2008年より coach21 (現 coachA) にてコーチングを学びコーチと
して活動を開始。自身の医療職や子育ての経験から、コーチングの考え方をベースに、女性が自
分軸を持ち、自他を認め共に成長するコミュニケーションを研究している。
女性ならではの視点で、数多くの講座を開催中。

日 時：平成 24 年 3 月 10 日 (土) 14:00～16:30

場 所：東播磨生活創造センターかこむ 2階会議室B

JR加古川駅徒歩5分(加古川プラザホテル南)

講 師：大場 淑代 (PERSONAL GRACE 講師、(財)生涯学習開発財団認定コーチ)

費 用：1000円

定 員：20名

お申込：東播磨生活創造センター「かこむ」

加古川市加古川町寺家町天神木97-1

TEL：079-421-1136 FAX：079-421-1148

もしくは、pro-mate@excite.co.jp プロマテまで

※ご来館の際は、電車・バス等公共交通機関をご利用ください

参加申込書(かこむ受付もしくは、電話・メール・FAXで下記内容をお知らせください)

氏名 (ふりがな)		年齢	
住所			
電話番号		メールアドレス	

※お預かりした個人情報は、ゼミの案内や連絡以外には一切使用いたしません。

ブログ『プロマテが行く』<http://promate.exblog.jp>