

静岡県開催！

第1回
2026
10.10 SAT
9:00～17:00

第2回
2027
2.20 SAT
9:00～17:00

場所

静岡県男女共同参画センターあざれあ
4階 第1会議室
住所：静岡市駿河区馬淵1-17-1

受講料

無料（ランチ付き）

定員

20名

対象

静岡県内在住シングルマザー
ひとりで子育てを担う女性（別居中・未婚等を含む）

一般社団法人ママヨロアカデミー
代表理事／講師

石光

各市と連携し「シングルマザーがシングルマザーのために」をコンセプトとして、仕事や子育てに前向きに取り組む支援をしています。

シングルマザー
支援
研修会

この研修で学べること

第1回「自分のこれからを描くための一歩」

- ✓ 自分自身の現状整理
- ✓ 将来設計と働き方の選択肢
- ✓ シングルマザーとしてのキャリア形成の考え方
- ✓ 一歩踏み出すためのマインドセット

第2回「働く力を整える実践編」

- ✓ ビジネスマナーの基礎
- ✓ ITリテラシーの基礎
- ✓ 現職・転職・副業等に活かせる実践視点
- ✓ 今後の行動計画づくり

※プログラムについては、参加者の状況により一部変更可能性あり。

こんな方にオススメ

- ・同じ境遇の仲間と出会いたい方
- ・今の働き方や生き方を見つめ直したい方
- ・一人ではなかなか最初の一步を踏み出せない方
- ・収入アップや働き方の選択肢を広げたい方

申し込み方法

QRコードを読み取り、
フォームに必要事項を入力の上
お申し込みください。

【期限】第1回：2026年10月2日（金）
第2回：2027年2月10日（水）



【主催】



一般社団法人ママヨロアカデミー

所在地：東京都港区北青山1丁目3番1号アールキューブ青山3階
電話：050-3662-5788

【共催】



静岡県くらし・環境部男女共同参画課

住所：静岡市葵区追手町9-6
電話：054-221-3122

▶ 一般社団法人ママヨロアカデミーって？

ママヨロアカデミーは
2023年1月に設立された「ひとり親家庭の自立支援」に取り組む団体です。
これまで、全国の自治体や地域と連携しながら
マインドセット講座やスキルアップ講座などを通じて
ひとり親家庭の「学びたい」「変わりたい」という想いを応援してきました。



ママヨロアカデミーについて詳しく知りたい方はこちらの公式HPをご覧ください▶



▶ シングルマザー支援研修のコンセプト

シングルマザーが自分らしい未来に向かって、一步を踏み出せるように。
民間団体と一緒に、「マインドセット」「ビジネスマナー」「ITリテラシー」を中心に
これからの仕事や暮らしに役立つ知識を基礎から実践まで
楽しく学べる研修会を開催します。



▶ 講師紹介

一般社団法人ママヨロアカデミー代表理事

石 光 (セキ ヒカリ)

自身もシングルマザーの経験を持ち、「**シングルマザーがシングルマザーのために**」と
心と暮らしの両面に寄り添った支援を行っています。
私が大切にしているのは、「パソコンが苦手」「スキルがない」ではなく
「**人生を良くしたい**」「**今の状況を変えたい**」という想い。
その一步を踏み出すために必要なのが、まず“**マインドを整えること**”。
仕事や子育てに前向きに取り組むため、自分を律し、未来につなげる力を育んでいきます。



▶ これまでの講座受講生の声



停滞していた就職活動を本格的にしようと思えるきっかけになりました。



自分の心にフタをしている気持ちに気が付き、素直になろうと思いました。



女性だからって諦めない、頑張れると前向きになれました。

講座開催実績

- ・ 豊見城市
(延べ第3回開催)
- ・ 白石市
(第2回目開催決定)
- ・ 柏原市
(第1回目開催決定)