

令和7年度ワーク・ライフ・バランス講座

自分らしく、仕事と生活を両立して、 笑顔になるための3つの実践ポイント

日時

令和7年6月14日(土)10時～12時

会場

海老名市役所7階 701会議室
海老名市勝瀬175番地の1

対象

主に求職中、転職を考えている方、テーマに興味のある方
・会場 30名（先着順）

内容

- ①セルフワークで自分の悩みや課題を整理する
- ②ワーク・ライフ・バランスの現状と課題
- ③ワーク・ライフ・バランス 3つの実践ポイント

講師

佐藤 美礼（さとう みゆき）氏



SJキャリア研究所代表／1級キャリアコンサルティング技能士／
特定非営利活動法人NPO日本キャリア・コンサルタント協会会員
(前理事)
大手企業入社後、経営企画・国際戦略部門マネージャー職等と両親
の介護を約15年間両立。
その後、民間経験を活かして官公庁へ入庁。中小企業の働きやすい
職場づくり、男女共同参画審議会、女性活躍推進、ハラスメント防
止等の行政施策を担当。現在は大学・公的機関・企業で講師を務め
るほか、組織活性化・人材コンサルティングを全国で展開。

詳しくは市ホームページか☎046-235-4568へ

申込方法 LINE「海老名市」、電話（046-235-4568）

窓口（市役所2階市民相談課）

申込期間 令和7年5月16日（金）～6月13日（金）17時

託児 2歳～未就学児：若干名 ※5月30日（金）までに予約

費用 参加費および託児利用無料

その他 筆記用具等をご持参ください

主催 海老名市（市民相談課 人権男女共同参画係）

共催 かなテラス（神奈川県立かながわ男女共同参画センター）



市ホームページ

