

仕事も育児も！ ハッピーな両立のための 折れない心の作り方

これから子育てと仕事を両立できるか不安、子育て・家事・仕事で時間がない、両立に悩んでいるのに周りに気持ちを伝えられず、クヨクヨ、イライラ、心が折れそうになることはありませんか。マイナスの感情をプラスに変え、自分も周りも幸せになる両立のためのヒントやノウハウをお伝えします。他の参加者と意見や情報を交換するグループワークも行います。

令和3年 **9/11** (土) 14:30～16:30



講師 加倉井 さおり 氏

(株式会社ウェルネスライフサポート研究所 代表取締役)

保健師・心理相談員として18年間財団に所属し、平成22年に独立。
主に、女性の健康やメンタルヘルス、仕事と育児の両立などをテーマに、
働く女性、企業の管理職など幅広い層への講演や研修を行う。

「笑顔になる、元気になる、幸せになる」講演・研修がモットー、
プライベートでは3人の男児の母でもある。

著書に「小さなことにクヨクヨしなくなる本」

「マンガで楽しく読めるく仕事も育児も！>ハッピーママ入門」(かんき出版)
がある。

対象 神奈川県内に在住、在勤の
仕事と子育てを両立している、両立したい女性・男性 20人
(定員を超えた場合は抽選を行い、結果を申込者全員に郵送します)

会場 かながわ労働プラザ 4階 第3会議室

- ※ 今回託児はありません。またお子さま同席でのご参加は不可です。
- ※ 天候や新型コロナウイルス感染症の状況等により、
セミナーを中止または内容を変更する場合があります。

申込み かながわ労働センター管理企画課 横浜市中区寿町1-4
・電話 045-633-6110 内線 2706
・FAX (裏面の申込書) 045-633-5401
・ホームページ [かながわ労働センター 本所](#)

検索



両立応援セミナー 9月11日開催 申込書

ふりがな 氏 名	
住 所	〒
電 話	
勤務先所在地 (お勤めの場合)	神奈川県内 神奈川県外

※ご記入いただいた個人情報は厳密に管理し、今回のセミナーの実施のみに使用します。

参加いただける方には、当日のご案内を後日郵送します。
また、定員に達し、御参加いただけない場合は連絡します。

会場案内図

