

ライフ・ワーク・バランスに関する講座・セミナー等一覧(令和8年2月)

	講座・セミナー／イベント名	開催日	曜日	対象	内容	開催場所	担当課名・電話番号
江東区	日常会話にひそむ 向け ジェンダーの「モヤモヤ」を考 える＆プロ直伝！ 絶品オム ライスづくり	①令和8年2月8日 10:00～12:00 ②令和8年2月15日 10:00～12:30	日	テーマに関心のある男性	①「男はこうあるべき」という固定観念の押しつけなど、日常会話で感じる生きづらさをジェンダーの視点でひも解く講座です。 ②家事をもっと楽しむための料理講座です。見た目も美しいオムライスや副菜を、男性同士で交流しながら調理します。	江東区男女 共同参画推 進センター(パルシティ 江東内)①第 1・2 研修室 ②調理実習 室	江東区総務部人権推 進課(江東区男女共 同参画推進センター) 電話03-5683-0341 FAX03-5683-0340
大田区	令和7年度企業向けワー ク・ライフ・バランスセミ ナー 『今こそ見直す！「ワー ク・ライフ・バランス」～人 が辞めない・集まる！人 手不足を解消する必須戦 略～』	令和8年2月13日	金	区内中小企業の経営者、 管理職、人事労務担当者、 関心のある区民	『今こそ見直す！「ワーク・ライフ・バランス」～人が辞めない・集まる！人手不足を解消する必須戦略～』と題して、区内社会保険労務士の方に、人材確保や働き方のヒントを他社の事例を交えてお話しいただきます。 詳細は下記URLもしくは二次元コードより大田区HPをご確認ください。 https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/chiki/danjo/wlb.html	大田区立男 女平等推進 センター「エセ ナおおた」(大 田区大森北 4-6-7(スマイ ル大森6階))	大田区総務部 人権・男女平等推進 課 TEL:03-5744-1610
墨田区	再確認！2025年育児・介護 休業法改正のポイントと実務 対応 一両立支援から多様な働き 方実現へー	令和8年2月10日 2時～3時半	火	区内企業経営者・管理職・ 人事労務担当者、テーマに 関心のある方	本セミナーでは、育児・介護法改正のポイントや実務で押さえるべき点を再確認します。	すみだ共生 社会推進セン ター 3階ホー ル(墨田区押 上2-12-7- 111)	墨田区すみだ人権同 和・男女共同参画事 務所 TEL: 5608-6512
葛飾区	タイムマネジメントがワークラ イフバランスにつながる	令和8年2月26日	木	区内の中小企業の経営者、労務/人事担当者、そ のほかテーマに関心のある方	タイムマネジメントをワークライフバランス達成の一手段として捉え、雇用する側もされる側も効率的に業務を遂行するスキルを身につける。	葛飾区 男女平等 推進センター (立石5-27-1)	葛飾区人権推進課 TEL: 5698-2211
町田市	女性のための就職準備セミ ナー【働く自分をイメージし 次のステップへの準備をしよ う】	令和8年2月13日 午前10時～午後12 時30分	金	就職を希望している女性	【第1部】 自分自身が実際に働く姿をイメージできるよう、「今」職場で働く女性の話を直接お聞きします。 【第2部】 面接時のマナーや構えだけでなく、面接官から質問の答え方など、実践を交えてお伝えします。	町田市民 フォーラム4 階第2学習室 (町田市原町 田4-9-8 町 田市民フォー ラム)	町田市男女平等推進 センター TEL:042-723-2908 FAX:042-723-2946
日野市	日野市におけるワーク・ライ フ・バランスの取組事例をご紹 介します	現在HP公開中、終了時期未定		市内の企業及び市民	日野市内の企業、団体等を対象に、市内大学等と連携してワーク・ライフ・バランスに関するインタビュー調査を行い、調査報告書をHPにて紹介します。	日野市HP上	日野市平和と人権課 TEL:042-584-2733 FAX:042-584-2748