

「る講座・セミナー等一覧(令和8年7月)

区市町村	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
港区	仕事も子育てもあきらめない！ワーキングマザーのキャリアデザイン入門	令和8年8月1日	土	区内在住・在勤・在学の方、またはテーマに関心がある方	ワーキングマザーが仕事と子育てのどちらもあきらめることなく、自分らしいキャリアを実現するために「このまま仕事を続けられるかな」「仕事と子育ての両立が難しい」、そんな思いを抱える方に向けて、リアルな課題を整理します。さらに、パートナーとの協力のあり方や、これからのキャリアの描き方について、講義とワークショップを通じて具体的に考えます。	港区立男女平等参画センター2階 学習室	港区立男女平等参画センター 電話番号:03-3456-4149
墨田区	ワーク・ライフ・バランスセミナー もう悩まない！それってカスハラ？ ～10月法改正を踏まえて、カスハラ対応術を考える～	2026年8月26日 午後2時～3時半	水	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	カスタマーハラスメントの事例や実務で押さえるべき点を確認し、対応について考える。 	すみだ共生社会推進センター ホール(墨田区押上2-12-7-111(3階))	すみだ人権同和・男女共同参画事務所男女共同参画担当 Tel:5608-6512 FAX:5637-7887
江東区	わたしの可能性を探る！広げる！ライフキャリア講座	令和8年7月12日	日	女性	自分と向き合い、自分を知ることから始めるキャリア講座です。5年後、10年後に後悔しないキャリアビジョンの描き方や、自らモチベーションを上げてポジティブに働くためのヒントを得ましょう。	江東区男女共同参画推進センター	江東区男女共同参画推進センター TEL: 03-5683-0341 FAX: 03-5683-0340
目黒区	パパママのための「イライラしない子育て」教室と「絵本の読み聞かせ」子どものココロを育む、子どもとの向き合い方	令和8年8月1日	土	小学3年生以下のお子さんを持つ男性保護者。ご家族、パートナー、お子さんと一緒にご参加ください。	・共働き・子育ての悩み、実践共有。(1時間) ・親子向けイベント(絵本読み聞かせ)	中目黒スクエア2階コミュニティルーム 205、206	目黒区男女平等・共同参画センター TEL:03-5721-8570 FAX:03-5721-8574
豊島区	～強みを発見して自信を深める～家庭スキルを仕事につなげるセミナー&はたらく女性交流会	令和8年7月9日	木	再就職を考えはじめた女性(主に、現在子育て中で家庭と両立して働くことを希望する女性)	自信を持って就職活動するために、家庭スキルが仕事に活かせることを知るセミナーと家庭と両立して働く女性の体験談を聞く交流会。	TKP池袋カンファレンスセンター(豊島区南池袋2-22-1第三高村ビル5階)	東京しごとセンター女性しごと応援テラス 電話03-5211-2855
葛飾区	女性しごと応援キャラバンin葛飾 「お金から考えるライフとキャリア～これからの見通しを立てる～」	令和8年7月28日	火	就職を希望している女性	税金や社会保障の扶養の制度を理解しながら、収入や働き方の選択肢を考えます。「年収の壁」を正しく理解することで、将来の暮らしや収入、働き方を具体的に描けるようになります。	葛飾区ウィメンズパル	葛飾区男女平等推進センター TEL:03-5698-2211
町田市	女性のための就職準備セミナー「自分らしく働く！～最新の社会保障制度と働く環境～」	2026年7月8日 10時～12時半	水	就職を希望している女性	社会保障制度の基礎や就職を取り巻く環境と心構えを学び、今後の求職活動に必要な情報を提供します。	町田市民フォーラム4階 第2学習室(町田市町田市原町田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紹介しします	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