

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7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
墨田区	「いまさら聞けない？今からでも間に合います！～労働契約の考え方と労働法改正のきも～」	令和7年2月13日午後2時～午後3時30分	木	企業経営者・管理職・人事労務担当、テーマに関心のある方	これからの雇用(労働)契約の考え方、最近の労働法の改正内容などを御紹介します。 	すみだ共生社会推進センター(墨田区押上二丁目12番7-111号)3階 ホール	墨田区すみだ人権同和・男女共同参画事務所 03-5608-6512
江東区	オンライン講座 ひとり親家庭のマネープラン &子育てと仕事のバランス (全2回)	令和7年1月17日 19:00～21:00 24日19:30～21:00	金	テーマに関心のある方	こどもと自分の人生を、より前向きに生きていくために必要な情報をお伝えします。1回目は、将来のための中長期的なマネープランの立て方や、奨学金制度等、活用できる制度や支援などをわかりやすくお伝えします。2回目は、こどもとの関わりや愛情、仕事とのバランス、親である自分自身を支えてくれる周囲との繋がり等を、講師自身の経験を交えてお話しします。※本講座は、オンライン(Zoom)での開催になります。	オンライン (Zoom)	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
江東区	恋バナ×ジェンダー「よかれと思ってやったのに男たちの『失敗学』入門」の著者によるブックトーク	令和7年1月26日 14:00～16:00	日	テーマに関心のある男性	1,200人以上の悩み相談で得たエピソードを元に、コミュニケーションのすれ違いや、そこに潜むジェンダーについて綴った本を題材に、著者を交えて男性同士でトークを楽しみます。「ジェンダー」という言葉に馴染がなくても、自分自身を振り返るきっかけが見えてくる講座です。	男女共同参画推進センター第1・2研修室(パルシティ江東3階)	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6年度企業向けワーク・ライフ・バランスセミナー 『教えて！「育児・介護休業法」改正で変わる企業の制度と取り組み～法改正を通して企業で整えるべき制度と取り組み～』	令和7年1月17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	『教えて！「育児・介護休業法」改正で変わる企業の制度と取り組み～法改正を通して企業で整えるべき制度と取り組み～』と題して、区内社会保険労務士の方に、改正内容や他社の事例、活用できる助成金についてお話しいただきます。詳細は下記QRコードより大田区HPをご確認ください。 	大田区役所本庁舎(大田区蒲田5-13-14)	大田区総務部 人権・男女平等推進課 TEL:03-5744-1610
練馬区	動画配信 オンラインセミナー「ワーク・ライフ・バランスとメンタルヘルス～それぞれのペースで自分らしく～」	11月21日(木)～1月20日(月)まで		企業・事業主の雇用主、人事労務担当者、テーマに関心のある方 200名程度	①労働者編 テーマ 職場でのメンタルヘルス～心療内科医が教える本当の休み方～ 内容 ストレスや悩みを抱えている方を長年サポートしてきた心療内科医が、“本当に心と体を回復させる”休み方について解説します。 ②事業者編 テーマ 機能するチームを作るための心理的安全性 内容 5,000人以上のカウンセリングや人材育成に関わってきた公認心理師が、組織内で心理的安全性を高めるための効果的な方法について解説します。 ●詳しくは、URLをご覧ください。	申込者への 限定配信	練馬区立男女共同参画センター
葛飾区	望月衣塑子いきいき元氣講演会	令和7年3月9日、 午後1時30分～3時30分	日	どなたでも	貧困やジェンダー格差など、弱者が生きにくい社会を鋭い視点で記事にするジャーナリスト望月衣塑子さんにお話しいただき、希望が持てる社会をめざして、元氣と勇氣をもらいます。	葛飾区金町地区センター(葛飾区東金町1-22-1)5階ホール	葛飾区男女平等推進センター 電話番号:03-5698-2211
葛飾区	社会を動かすSNS その影響力と問題点 ～ジェンダーの視点から～	令和7年3月1日、 午後1時～3時	土	どなたでも	個人的な問題としてとらえられてきたことも、SNS等を通して社会問題となり、男女平等を進めるツールとなることがあります。SNSによる情報発信には、さまざまな課題があることを理解したうえで、SNSを活用する方法をさぐります。	葛飾区堀切地区センター(葛飾区堀切3-8-5)2階第1会議室	葛飾区男女平等推進センター 電話番号:03-5698-2211

	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
葛飾区	<u>学ぼう、認知症介護のこと～ 知っておきたい認知症ケアと お金の話～</u>	令和7年3月8日、 午後1時～3時	土	どなたでも	だれもが介護の当事者になり得る時代です。いざというときに備え、親や身近な人が元氣なうちに学んでおきたい認知症介護の知識と介護にかかるお金の備えについて知ります。 また、仕事を続けながら介護をしていくコツや実際の事例を学びます。	葛飾区堀切 地区センター (葛飾区堀切 3-8-5) 2階第1会議 室	葛飾区男女平等推進 センター 電話番号:03-5698- 2211
町田市	<u>女性のための就職準備セミ ナー 【自己分析で差をつけよう！ 面接成功の秘訣】</u>	令和7年2月20日午 前10時～正午	木	就職を希望する女性	第1部では面接時のマナーや心構え、質問の答え方など、実践を交えてお伝えします。 第2部は自己を分析し、自分自身について面接で伝えられるよう、グループで実践練習を行います。	(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	<u>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</u>	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
国分寺市	<u>女性しごと応援キャラバン 面接に役立つマナーとコミュ ニケーション</u>	令和6年12月24日 午前10時～正午	火	働きたい女性	面接での印象を上げる立ち居振る舞い・好感を持たれる伝え方を学びます。	cocobunjiブラ ザリオンホー ル	【申込・問合せ】 女性しごと応援キャラ バン事務局 03-6734-1346 【担当課】 国分寺市人権平和課 042-573-4378