

ワーキングカップルのキャリアデザイン

～ワークとライフの充実、私たちのありたい姿とキャリアを考える～

社会全体では共働き世帯が増えており、夫婦・カップルどちらも家庭(ライフ)での役割を果たしながら、仕事(ワーク)をすることが当たり前になってきました。

忙しい毎日を送っていると、自分たちがどのようなキャリアを形成していきたいのか、また、どのような生活を送ってほしいのか、夫婦・カップルでイメージを落ち着いて考え、共有することも一苦労だと思います。

本セミナーでは、キャリア形成を夫婦・カップルで支援し合えるよう、1日目に、私たちが働く社会背景やワークライフシナジー(仕事と生活の相乗効果)について考えます。

2日目に、夫婦・カップルにとってのありたい姿と、具体的なアクションプランについて、個人ワークも交えながら考えます。

セミナーで学んだことを、ぜひ夫婦・カップルで共有してください。ご一緒に参加もお待ちしております。

1日目

令和4年

10/19(水) 18:00~20:00

ワークライフシナジーを実現し、 充実した人生を手に入れよう

- ・ 私たちが働く社会背景とは
(男性育休、女性活躍、介護などのトピック)
- ・ ワークライフシナジーとは
- ・ 今までのキャリアを振り返る

2日目

令和4年

10/21(金) 18:00~20:00

夫婦のこれからの キャリアを考えよう

- ・ 私たちのありたい姿
- ・ キャリアプラン・ライフプランについて考えてみよう
- ・ プランを実現するために工夫できること、
やれることを考えてみよう

※両日の内容は一部変更となる場合がございます。ご了承ください。

講師

株式会社ワーク・ライフバランス
コンサルタント

かわもと たかのり

川本 孝宜 氏



国土交通省などの行政機関から、アイシンや富士通エフ・アイ・ピー、オンワードなど、幅広いクライアントのコンサルティングを担当。前職の経験を活かしながら、人との関係性、チーム、納得感を尊重し、対話しながらゴールに向かうアプローチで信頼を得ている。

妻と子ども2人の4人家族。「家族もチーム。みんなの人生を充実したものにしよう」というモットーのもと、育児・家事はパートナーと完全シェア。次男出生時に半年の育児休暇を取得。趣味のサッカーを活かした「サッカー×働き方改革」のセミナーも好評を博す。

会場

中野区産業振興センター大会議室 ※地図は裏面

定員

30名 (先着順・要事前申込)

対象

働く人・その配偶者、テーマに関心のある方

申込

TOKYOはたらくネットセミナーページ

<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/seminarform/index/menu/>

東京都労働相談情報センター 普及担当



03-5211-2209



03-5211-3270 (申込用紙は裏面)

ご注意

※新型コロナウイルス感染症の状況や天災等の影響により、セミナー開催を中止、時間変更又は延期することがあります。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、会場内では常にマスクの着用をお願いいたします。体調が優れない場合は受講をご遠慮ください。

託児

無料・要事前申込

10/11(火) 締切

対象：生後6か月から

6歳までの未就学児



主催



東京都労働相談情報センター

共催



中野区

ワーキングカップルのキャリアデザイン ～ワークとライフの充実、私たちのありたい姿とキャリアを考える～ FAX申込書 & 受講番号のお知らせ

東京都労働相談情報センター 普及担当 宛

FAX:03-5211-3270

下表の太枠内にご記入のうえ、上記宛先までFAXでお送りください。
折り返し受講番号をご連絡いたします。受講番号は当日の受付において必要となります。
お申込後3日を過ぎても受講番号の連絡がない場合は、お手数ですが東京都労働相談情報センター 普及担当まで
お問合せください。 ☎03-5211-2209

お名前 <small>カタカナでご記入ください</small>		受講番号 <small>こちらで記入します</small>	
FAX番号	電話番号 <small>【日中連絡がつく番号をご記入願います】</small>		
メールアドレス <small>【緊急時に当センター（S0000498@section.metro.tokyo.jp）からご連絡する場合がありますので、可能な限りご記入願います】</small>			

※ 託児をご希望の方は、下記にご記入の上、
10/11(火) までにお申し込みください。

託児人数	お子様のお名前	性別	年齢 (受講日現在)
人			歳 か月
			歳 か月
ご住所			

※お申込みいただいた際の個人情報は、本セミナー受講のために利用します。また、新型コロナウイルス感染者が発生した場合には、会場の施設管理者や保健所等の公的機関に、受講者氏名、電話番号等の必要な情報提供を行いますので、ご了承ください。その他の目的で使用することはありません。

受付処理欄

お申込みありがとうございました。受講番号は上記のとおりです。（ 月 日受付）
当日の受付で、お名前と受講番号をお申し付けください。

会場アクセス

中野区産業振興センター大会議室
(中野区中野2-13-14)

- JR中野駅南口下車 徒歩5分
- ※ ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください。
- ※ 受付はセミナー開始30分前より行います。
- ※ 中野区産業振興センターについてのお問合せは、
☎03-3380-6946（代表）までお願いいたします。



～公正な採用選考のために～

東京都では、就職の機会均等を確保するため、応募者本人の適性や能力に基づく公正な採用選考を推進しています。詳細はHPをご覧ください。
<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/kaizen/kosei/>