



in 台東

家庭でも職場でもうまくいく！ コミュニケーション術 & 両立ママのリアルトークショー

2026年

10月14日(水)

10:00~12:00

受付時間 9:30

※こちらのイベントはお子様同伴で参加することはできませんので、託児サービス(事前予約)をご利用ください。
※本イベントでは参加者同士のグループワークを予定しています。

受講料
無料

託児付

満1歳以上の
未就学児

家族と協力しながら
働くコツを知りたい

家庭も仕事も
大切にしながら
働きたい

再就職したいけれど
何から始めようか
迷っている

企業説明会や
求人応募の前に色々
情報収集したい

第1部

あなたはどのタイプ？コミュニケーションタイプをチェック！ 家庭でも職場でもうまくいく！コミュニケーション術

家庭と仕事を両立するためには「周囲との協力」が大切になってきます。このセミナーでは、自分のコミュニケーションタイプチェックを通して自分の考え方や伝え方の傾向を知り、家族や職場の人に言いたいことをうまく伝える方法や、より良い関係を築くためのヒントをお伝えします。「家族とのすれ違いにモヤモヤしてしまう…」「お願いしたいことがあっても、遠慮してしまう…」「定時で帰りたいのに、頼まれるとつい引き受けてしまう…」等、日頃の悩みに対して会話のケーススタディを通して学べますので、気軽にご参加ください。

講師

株式会社ハーモニーワークス代表取締役

小倉 環氏

これまで延べ10,000人以上の女性社員のキャリア支援に携わり、企業の女性活躍や、仕事と家庭を両立できる環境づくりを支援している。育児期の従業員のキャリア形成を研究しながら、自身も二児の子育てに奮闘中。



第2部

両立ママのリアルトークショー

～家庭も仕事も大切にできるコミュニケーションのヒント～

実際に子育てと仕事を両立している女性をゲストに迎え、家庭や職場でのコミュニケーションの工夫や、周囲に協力してもらうために意識していることなど、実際の体験談をご紹介します。後半は少人数で気軽に質問や相談ができる交流タイムもありますので、ぜひ自分らしい働き方や両立のヒントを見つけてみましょう。「家族とはどのように役割分担しているの?」「職場ではどんなコミュニケーションを意識しているの?」「家庭の急な用事と仕事の都合を合わせるときにどうしたらよいか」等、気になることも質問してみてください。

※12:15頃まで交流が可能です。お時間のある方はご参加ください。

場 所

東京文具共和会館

東京都台東区柳橋1-2-10 3階

- JR総武線 浅草橋駅 徒歩3分
- 地下鉄都営浅草線 浅草橋駅 徒歩3分
- JR総武快速線 馬喰町駅 徒歩5分

対 象

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)

受講にあたっては、当日会場で東京しごとセンターの利用登録をしていただきます。登録いただきますと、キャリアカウンセリングをはじめ、各種セミナーが利用できます。

定 員

30名

(先着順
予約制)

託児サービスのご案内

無料・要予約 先着順 定員あり

託児をご希望の方は、10/5(月)17時までに電話にてお申し込みください。満1歳から未就学児までのお子様をお預かりいたします。



お気軽にお申し込みください

9月8日(火)より受付開始

Webからお申し込みください▶



東京しごとセンター 女性しごと応援テラス
TEL.03-5211-2855

女性しごと応援テラス

検索

平日9:00~20:00、土曜日9:00~17:00

- 個人情報の取り扱いの詳細については<https://www.tokyoshigoto.jp/privacy>をご覧ください。
- 雇用保険の受給中の方は、求職活動の実績として申告できます。

結婚

出産

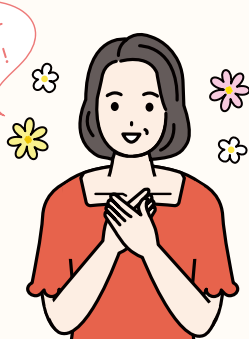
育児

介護

離職からの再就職&キャリアアップ

東京しごとセンター

女性しごと応援テラス

専任アドバイザー
だから心強いね!安心して
相談できるね!ご利用
無料

「もう一度働きたい・働き続ける」を応援します!

働きたい気持ちがあってもなかなか一步が出ない、そんな女性の再就職を応援するために東京都が設置した就職支援窓口です。専任アドバイザーと一緒に、再就職への一步を踏み出してみませんか?

メニュー
Menu就職活動に
関する相談就職に役立つ
セミナー就活・保活
情報提供応募書類も
作れる
パソコン
コーナー求人情報提供
・
職業紹介

初めてご利用の方は予約不要! お気軽にお立ち寄りください。

●お問い合わせ

東京しごとセンター 女性しごと応援テラス

TEL.03-5211-2855

女性しごと応援テラス

検索

セミナー・イベント情報 など掲載中!

所在地

〒102-0072

東京都千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター内

ご利用
時間

月～金曜日 9:00～20:00

土曜日 9:00～17:00

〈日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)はお休みです〉



交通のご案内

- 飯田橋駅から JR中央・総武線「東口」より徒歩7分 / 都営地下鉄大江戸線・有楽町線・南北線「A2出口」より徒歩7分 / 東西線「A5出口」より徒歩3分
- 水道橋駅から JR中央・総武線「西口」より徒歩5分
- 九段下駅から 東西線「7番出口」より徒歩8分 / 半蔵門線・都営地下鉄新宿線「3a・3b出口」、「5番出口」より徒歩10分