

育児しながら働く人、集まれ！ モヤモヤ・シェア&スツキリの会

2020年 2月11日(火・祝)
14時15分～16時15分
(開場:13時45分)
RYOZAN PARK 大塚にて

ミニセミナー&ワークショップで、モヤモヤをスツキリさせるヒント、探しませんか？

◆スツキリのヒントを提供する ミニセミナー(約15分)×4

◆◆心 笑顔で育児と仕事、セルフコンパッション実践講座

日々の育児や仕事疲れでモヤモヤ…そんなときは、「ムリにポジティブにならなくても高いパフォーマンスを実現できる」とビジネス書でも話題のセルフコンパッションを実践してみませんか。ありのままの自分を受け入れ、自分にも周囲にも優しくなるコツをお伝えします。

◎登壇:社会保険労務士 森 広江

◆◆家事 取材から厳選、育 Work お役立ち家電・サービス紹介

なぜ自分ばかりが…家事疲れでモヤモヤ…そんなときは便利な家電やサービスを利用してみるのはいかがでしょうか。ルンバやホットクックなど、定番の時短家電から、取材などを通じこれは便利!と育 Work 運営人も納得の家電やグッズ、サービスをご紹介します。

◎登壇:育 Work 運営人 小林麻理

◆◆キャリア/仕事 育児中、転職・再就職できる?そのコツは?

仕事や職場環境、キャリアのことでモヤモヤ…そんなときは思い切って転職や(いったん会社を辞めてからの)再就職を選択肢にいれてみてはいかがでしょうか。本セッションでは、転職支援側と人材採用側の両方の経験を持つキャリアカウンセラーが、現在の市況とともに転職や再就職のコツについてお伝えします。

◎登壇:キャリアカウンセラー 細梅宣慶

◆◆育児/教育 本を起点に、子育てのモヤモヤ解決のヒントを探る

育児や教育に関する心配でモヤモヤ…そんな際、本を手にとってみるのはいかがでしょうか。『学校教育がガラツと変わるから、親が知るべき今から始める子どもの学び』『HSC を守りたい』『ママ怒らないで』など、育児や教育に関する書籍を数多く出版する風鳴舎の代表が、育児中の方にお勧めしたい本やそのポイントをご紹介します。

◎登壇:風鳴舎 代表 青田 恵

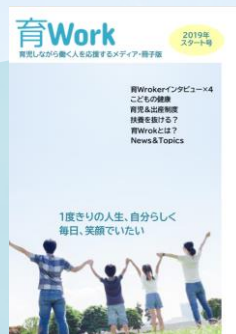
◆モヤモヤ・シェア&スツキリ WorkShop (約40分)

参加者の方々自身が付箋ワークで整理したモヤモヤの正体を「わかるシール」でシェアしながら、スツキリのヒントを探します。

◎司会・進行:新井光江



参加者
プレゼント



育Work・冊子 スタート号

◆場所 RYOZAN PARK 大塚 JR 山手線 大塚駅南口より徒歩2分
(子育てを応援するシェアオフィス)のイベントスペース
豊島区南大塚 3-36-7 南大塚 T&Tビル 7階



南口(アトレ側)を出て、都営荒川線の線路を左手に見ながら、坂道を150mほど歩くと、右手に見えるビルです。

◆お子様連れ OK

※お子様はお連れいただけます。ご要望に応じ、併設のキッズスペースや畳&キッチンスペースにご案内します(なお、託児サービスのご提供はありませんので、あらかじめご了承ください)。・ビル入り口(階段下)建物のカベを挟んだ右側にベビーカー置き場があります。

◆主催:育 Work(育児しながら働く人を応援するメディア)事務局
企画・運営協力 風鳴舎(保育・教育・生活関係の書籍を刊行する出版社)

◆会費 2,000円

◆お申込み方法

イベント専用サイトからお申込みいただけます。詳しくは下記、ご案内サイトをご覧ください。



<http://ikuwork.net/archives/1571>

◆定員 30名

◆お問い合わせ先(育 Work 事務局)
info@ikuwork.net