

令和7（2025）年度 ワーク・ライフ・バランス講演会

ワーク・ライフ・バランスを 実現するための小さな一歩

毎日の限られた時間の中で、仕事と生活（子育てや介護など）との両立に悩んでいませんか？
ワーク・ライフ・バランスとは、仕事と仕事以外の生活のバランスを取り、どちらも充実させる生き方・働き方です。ワーク・ライフ・バランスを実践するために、この講演会でスマールステップができる方法を学び、豊かな生活を実現しませんか？

講師 湯本 理絵 さん

（あわい舎代表/国家資格 キャリアコンサルタント/ワーク・ライフバランスコンサルタント）



<略歴>

大学で文化人類学を学び卒業後、転職を経験しながら企業で事務職、マーケティング、大学事務局で広報、新規事業や人材育成のマネジメント、進路や就職活動の支援に関わる。2018年よりワーク・ライフ・バランス事業や高校・大学でのキャリア教育、講座・研修の講師、運営、キャリアや事業展開にまつわる相談対応を中心に人・もの・ことの間（あわい）に関わる。

日 時

令和8(2026)年2月19日(木)
午前 10:00 ~ 11:30

参加費
無料

場 所

川西市役所2階202会議室

定 員

先着20名

申し込み

2月9日(月)までに右下の申し込みフォーム
または電話で、お申し込みください。

※川西市職員研修と兼ねるため、市職員が同時に受講します。

申し込みフォームはこちら

<問い合わせ>

川西市 市長公室 人権推進多文化共生課
電話 072-740-1150 FAX 072-740-1151
メール:kawa0014@city.kawanishi.lg.jp

一時保育あり

(1歳半以上の未就学児)
要予約(先着4名)

