

2.26(水)
18:30～

入場無料
(要事前申込)

東京都 はたらく女性スクエア/東京ウィメンズプラザ 主催

わたしらしく働きたい!

はたらく女性の 健康とウェルネスを学ぼう

全ての女性が充実したライフスタイルを築くことができる社会を目指し、各業界で活躍されている皆様をゲストに迎え、ライフステージごとに女性が直面する健康課題について、キャリアとの両立や、企業・社会に求められるヘルスケアサポートについてここだけのお話を伺います。「わたしらしい働き方」について改めて考えてみる場にぜひご参加ください。

登壇者

session
01

女性のからだとヘルスケア 基礎セミナー

女性活躍推進に向けて～
女性特有の健康課題と企業に求められる
ヘルスケアサポートとは

session
02

キーノート

働く女性の健康とウェルネス
～わたしらしいキャリアの見つけ方～

session
03

フィットネスセッション

自宅や職場で簡単にできる!
ストレッチ体験



起業家・オンラインコミュニティ運営
Holland Village Private Community
河村 真木子



YumiCoreBody 代表
Yumico (ゆみこ)



産業医・産婦人科医
平野 翔大



オルガノン株式会社
戦略・コーポレートフェアーズ部門長
高島あさみ



W society 主宰
谷村 江美

東京都
はたらく女性スクエア
所長
松井 るな子

東京ウィメンズプラザ
所長
大塚 浩子

イベント名: 『わたしらしく働きたい!～はたらく女性の健康とウェルネスを学ぼう～』
開催日時: 2025年2月26日(水)18:30～20:15(受付開始 18:00～)
会場: 東京ウィメンズプラザホール(東京都渋谷区神宮前5-53-67)※アクセス方法は裏面を参照ください。
申込方法: 事前申込が必要です(入場無料)。はたらく女性スクエアWebサイトより必要事項を入力しお申し込みください。
 [URL] <https://www.joseisquare.metro.tokyo.lg.jp/event/714/>
申込締切: 2025年2月25日(火)18:00
主催: 東京都 はたらく女性スクエア/東京ウィメンズプラザ
お問い合わせ: [電話] 03-6427-7253
 受付時間:平日9～17時/はたらく女性スクエア(労働相談情報センター青山事務所)

お申し込みは
こちら!



／ 私たちが、はたらく女性のみなさんをサポートします ／



はたらく女性スクエア

2024年9月に東京都労働相談情報センターの新しいブランチとしてオープンしました。

キャリア相談や労働相談などを通じて、はたらく女性や女性活躍を推進する企業をサポートする施設です。

日々頑張っている女性が、ほっとできて元気になれる場所として、はたらく女性を全力で応援します。

✿ キャリア相談

✿ 社外メンターによる助言

✿ 労働問題に関する相談

✿ 東京はたじょセミナーの開催

はたらく女性スクエア

東京都労働相談情報センター 青山事務所

[総合相談窓口] 03-6803-8941

[URL] <https://www.joseisquare.metro.tokyo.lg.jp/>

[受付時間] 月～土曜日 9時～20時

<日曜日、国民の祝日、年末年始(12月29日～1月3日)を除く>



東京ウィメンズプラザ

豊かで平和な男女平等参画社会の実現に向けて、都民と行政が協力して取り組む具体的、実践的な活動の拠点です。

男女平等参画への理解を深めるイベント・セミナーのほか、女性のための悩み相談、法律相談、男性のための悩み相談を行っています。

✿ 普及・啓発及び交流事業

男女平等参画理解を深めるイベント・セミナーの開催や東京ウィメンズプラザフォーラムの開催など

✿ 相談事業

女性のための悩み相談、法律相談、男性のための悩み相談など

✿ 施設の提供

東京ウィメンズプラザ

[総合窓口] 03-5467-1711 [施設予約] 03-5467-2377

[URL] <https://www.twp.metro.tokyo.lg.jp>

[利用時間] 月～土曜日 9時～21時 / 日曜日・休日 9時～17時

<毎月第3水曜日 / 7月第3日曜日 / 年末年始(12月29日～1月3日)を除く>

はたらく女性スクエア・ 東京ウィメンズプラザホールへのアクセス

〒150-0001

東京都渋谷区神宮前5-53-67 コスモス青山

●交通のご案内

- ◎JR・東急東横線・京王井の頭線・東京メトロ副都心線「渋谷駅」
宮益坂口から徒歩12分
- ◎東京メトロ銀座線・半蔵門線・千代田線「表参道駅」B2出口から徒歩7分
- ◎都バス(渋88系統)渋谷駅から2つ目(4分)「青山学院前バス停」から徒歩2分

『わたしらしく働きたい！
～はたらく女性の健康とウェルネスを学ぼう～』の会場はこちらです

