

東京女子大学エンパワーメント・センター主催 ライフキャリア支援講座

# 人生100年時代のあなたの理想の 働き方と人生プランを考える

## ～ワークライフバランスの秘訣とは？

日本社会の働き方の変化を知り、ご自身の理想の働き方、人生プランを考えてみませんか？仕事とプライベートを両立していくために、すぐに実践できるノウハウ、心構えを知り、気づきを持ち帰りましょう。少人数で共有いただくワークの時間も活用し、明日からできるアクションを考え、理想の人生の一步を踏み出すきっかけを作ります。

場 所：東京女子大学本館0101教室（対面式）

参加費：1,000円（学生無料）

対 象：（女性）一般・学生

定 員：25名

締 切：9月4日（日）



\* 新型コロナウイルス感染状況により対面式をオンライン式に変更することがあります

### 【お申込み】

QRコード、もしくはメールで

①氏名 ②ふりがな ③電話番号 ④年代  
⑤職業（学生か社会人か） ⑥講座を知った  
きっかけを明記の上、件名「9/10講座申込」  
とし、下記までお申込ください。

[ec-initiative@lab.twcu.ac.jp](mailto:ec-initiative@lab.twcu.ac.jp)



♥講師♥

## 桜田 陽子氏

（東京女子大学卒業生）

株式会社ワーク・ライフバランス

ワーク・ライフバランスコンサルタント

一般財団法人 生涯学習開発財団 認定コーチ

交流分析士1級



東京女子大学エンパワーメント・センター

東京都杉並区善福寺2-6-1 ☎:03-5382-6832(直)

HP: <https://twcu-empowerment.jp/>