



働き始めたあなた、働き続けているあなた..
すべての働く女性を応援するセミナーです

受講料無料

働く私の「もやもや」を 折れない心にかえるコツ



～ワーク編～

日時

平成30年

12/1 土

13:30 ~ 15:30

職場の人間関係、仕事の負担感、
将来のキャリアビジョン、プライベートなど、
働く女性が抱えるストレスや悩みは様々です。

自分軸をもち、前を向いて働き続けるために一
職場のメンタルヘルスの専門家から、
日々の“もやもや”や
ストレスにふりまわされないための
対処法について実技を通して学びます。



講師◆松井 知子さん (杏林大学医学部 非常勤講師)

【プロフィール】

博士(保健学)。元 杏林大学保健学部 教授。日本公衆衛生学会認定心理職専門家。
杏林大学医学部衛生学公衆衛生学教室にて教育・研究に従事。東京都立中学校スクールカウンセラー
(臨床心理士)を経て、平成26年杏林大学保健学部准教授、平成29年より教授、平成30年3月定年退職。
労働者健康安全機構 東京産業保健総合支援センター 基幹相談員(カウンセリング)、東京経営者協会相談員、
東京都教育委員会リワークプラザ東京(復職アドバイザー)、武蔵野市教育委員会 特別支援教育専門スタッ
フ。著書に「人間関係の理解と心理臨床」(慶應義塾大学出版会 編著)、「心理職の組織への関わり方」(誠
信書房 共著)ほかがある。

●会場：群馬県庁 294会議室 (29階) (前橋市大手町 1-1-1)

●対象：県内在住・在勤・在学の女性、女性のメンタルヘルス支援に携わる方

●定員：50人 (先着順)

●保育あり：要申込 (満1歳～未就学児。先着10人。事前申込必要。お子さんの名前、性別、年齢を
お知らせください。保育×切 11/15(木))

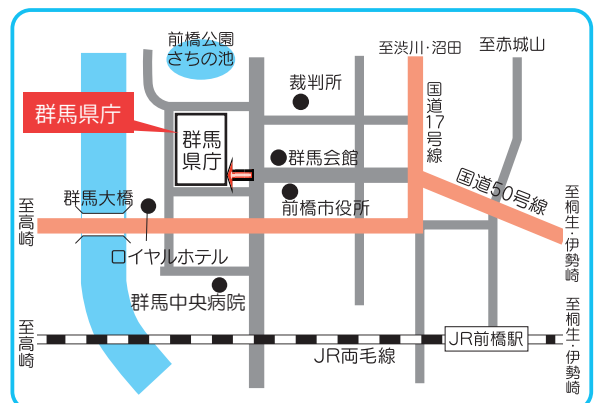
●申込方法：電話、ファクス、メール

①講座名、②氏名、③郵便番号と住所、④電話番号をお知らせください。



平成30年度女性のキャリア支援セミナー

【会場案内図】



★駐車場は県庁内の「県民駐車場」をご利用ください。

●申込み・問い合わせ先

群馬県ぐんま男女共同参画センター

TEL 027-224-2211

FAX 027-224-2214

メール sankakuse@pref.gunma.lg.jp



メールアドレス
QRコード

※休館日：月曜日

