

三重で働く女性へ

(三重県委託事業)  
Miraiカンパニー&ロールモデル事業のご案内

# 先輩・仲間と本音トーク！ @オンライン



～結婚・出産などライフステージの変化と  
働き方・キャリアについて～

「結婚や出産など、この先ライフステージが変化したら、自分のキャリアがどうなっていくのか不安・・・」  
「仕事と子育てを両立しているけれど・・・毎日いっぱいばいばいで、今後の事なんてなかなか考えられない・・・」  
結婚、出産など、ライフステージが変わることで、自身の働き方やキャリアについてお悩みの方へ。

同じ悩みをもつ仲間や先輩達と、オンラインで本音トークしてみませんか？  
今よりもっと **well-Being** に働くヒントが見つかるかもしれません。  
「女性のキャリア」に関するミニセミナーとパネルトークつきオンライン交流会のご案内です。  
ぜひご参加ください！

※well-being = 身体的、精神的、社会的に良好な状態にあること

日時

2025年**11月13日**(木)  
14:00～15:00

参加費  
無料

開催  
方式

オンライン配信のみ(Zoom)

対象者

三重県内の企業・団体で働く、テーマに関心のある女性

申し込みは  
こちらから



定員

**10**名程度(定員になり次第締め切ります)

## プログラム

- 参加者自己紹介
- ミニセミナー「三重の女性キャリア応援！～ライフステージ×働き方～」  
社会保険労務士 高原 祥子さん
- パネルトーク「女性が働き続けるということ」  
北伊勢上野信用金庫 人事部 太田 有香さん  
北伊勢上野信用金庫 白子支店 伊藤 美里さん
- 交流会

コーディネーター

社会保険労務士  
高原 祥子さん

津市在住。小学生から高校生の3人の子どもの育てながら、「働き方改革」や「ワークライフバランス」等をテーマにセミナーや企業内研修等を数多く実施。



登壇者

北伊勢上野信用金庫  
人事部 太田 有香さん

職場内の労務管理や人事制度の検討・周知、育成・研修企画運営を担当。働きやすい職場づくりへの理解を深めるため、2024年より、全職員向け「ゆうがたミニセミナー」を企画し、年4回オンラインセミナーを行っている。

北伊勢上野信用金庫  
白子支店 伊藤 美里さん

大学卒業後、大阪厚生信用金庫に入庫。2017年、結婚を機に退職、三重県に転居。しんきん再就職支援ネットワークを利用し、北伊勢上野信用金庫に入庫。現在、3歳と5歳の育児中。育児短時間勤務制度を利用し、窓口担当としてお客さま一人一人に寄り添って、様々な金融商品を提案。

# Miraiカンパニー&ロールモデル事業 先輩・仲間と本音トーク!@オンライン 申込書



申込フォーム→

お申し込みは電話・FAX / メール・申し込みフォームにて受付

☎ 059-271-8605 ☎ FAX 059-271-8606

✉ mieken.hataraki@task-school.com

|      |  |         |  |
|------|--|---------|--|
| 企業名  |  | 業種      |  |
| 役職   |  | 氏名      |  |
| 所在地  |  |         |  |
| 電話番号 |  | メールアドレス |  |

\*1社で複数参加の場合は、お一人ずつお申し込みください。

## メッセージ

皆様、こんにちは! 社会保険労務士の高原祥子です。

現在、小学5年生、中学2年生、高校1年生の3人の子育てと仕事との両立の真っ最中です。

今回、「三重の女性キャリア応援!〜ライフステージ×働き方〜」と題して、オンライン交流会を開催することになりました。

「出産や子育てと仕事を両立しているロールモデルの女性」と聞くと、仕事はバリバリできて、家事や子育ても完璧にこなす人を思い浮かべるかもしれません。

でもきっと、誰もが悩みながら、辛さや苦しさを感じながら、時には何かを諦め、そして誰かに助けてもらいながら、前に進んできたのだと思います。

家庭では、限られた時間の中で食事、洗濯、掃除をしつつ、子どもにとって何が一番大切かを考え続ける毎日。

仕事では、優先順位を決めてタスクをこなす、短い時間で成果を出す、周りの方へ状況や情報を共有しながら効率的な働き方にシフトすることが大切。

この交流会は、三重県内で働く女性の皆様が、自身のキャリアの継続やキャリアアップについて考えるきっかけづくりを目指しています。

参加者同士でお話いただく時間もあります。日頃感じている不安や疑問を共有することで、解決のヒントが見つかるはず!

ぜひこの機会に、私たちと一緒に未来のキャリアについて考えてみませんか?

皆様のエントリーを心よりお待ちしております!

コーディネーター 高原 祥子より

## ●お申し込み後のご案内

- ① 当日の1週間前を目安にZoom参加のURLを送付します。
- ② 当日は開始時間の10分前から入室可能です。
- ③ Zoomに入室される際、表示名は「お名前@会社名」でご参加ください。(例: 山田太郎@株式会社〇〇)

## ●ご参加にあたっての推奨環境

- ① 本セミナーはPCからのご参加を推奨しております。
- ② 事前にZoomアプリの最新版をインストール(またはアップデート)しておいていただくと、スムーズにご参加いただけます。Zoomダウンロードセンターで検索
- ③ 安定したインターネット環境(有線LANまたはWi-Fi)でご参加ください。

\*その他詳細事項はURL送付時にご案内します。

(主催)三重県/輝くみえのミライ☆三重県会議

(三重県受託事業)運営会社: 株式会社タスクールPlus 三重営業所 三重県津市栄町2-209 セキゴン第二ビル2階

電話 059-271-8605 FAX 059-271-8606 Mail: mieken.hataraki@task-school.com