

ライフデザイン+ ママ座談会  
仕事と家事育児両立のポイント  
～働くことへの不安を解消！～

結婚、出産、育児、介護、家族の転勤等、さまざまな理由でいったん仕事を離れたけれど…育休復帰や再就職、その後の働き方など、「また働きたい」という思いを持った時に抱える悩みやモヤモヤはたくさん！

今の自分に合った仕事や働き方を考え、実現するための一歩を踏み出してみませんか？講師によるアドバイスを踏まえ、同じ悩みや迷いをみんなで共有し、働くことに対する不安を解消しましょう！

9月28日（火）

日時

10:30～12:00  
定員3名（要予約）  
※お子さんと一緒に参加できます

会場

みのかも女性活躍支援センターリオラ  
MEGA ドン・キホーテ UNY  
美濃加茂店 2F



小さな子どもを抱えて  
の再就職…時間の融通  
が利く職場がいいな。



保育園の募集がもう  
すぐ始まるけど、働け  
るのか不安。



私だけじゃない…  
気持ちをわかって  
もらえてうれしい！

家事も育児も仕事も、  
本当に両立できるかな？

いろいろアドバイスを  
もらって、なんだかん  
ばれそうな気がする…

講師

一般社団法人  
日本少子化対策ネットワーク  
代表理事 安藤摩里 氏



問合せ・申込み

みのかも女性活躍支援センターRe:Ola（リオラ）

TEL：090-9022-2200（センター直通）

MAIL：[caminho@city.minokamo.lg.jp](mailto:caminho@city.minokamo.lg.jp)

HP：<https://caminho-minokamo.com/>

