

対象

女性活躍を進める企業

&

自分らしいキャリアを
築きたい女性

女性が輝いている

企業の未来は明るい



参加がもたらす価値

- ▶ 自律したキャリア観の育成
- ▶ ヘルスリテラシー向上
- ▶ リーダーシップマインド
- ▶ 職場の両立意識醸成

参加費
無料

セミナー

&

コンサルティング

東京都は、女性の活躍を推進する
都内の企業と様々な課題を
克服しながら
自分らしいキャリアを築く
女性従業員を支援します。



令和8年度版

企業と働く女性の
キャリアパートナーシップ支援事業

詳細やお申し込みは事業公式ホームページから



女性活躍の輪
Women in Action



Webから参加申し込み

<https://josei-jinzai.metro.tokyo.lg.jp>



女性が自分らしく

働き続けられる

環境づくりを後押し

東京都は、女性の活躍を推進する都内企業を支援します。
併せて、ライフステージや健康面での様々な課題を克服しながら、
自分らしいキャリアを築く女性従業員を支援します。
本事業では、企業と従業員に向けて16のプログラムを提供します。
すべて **無料で参加** いただけます。



もくじ

企業向けセミナー

- ① 中小・中堅企業向け『人材・経営戦略についての講演会』 **会場、後日オンデマンド** P 3
- ② 【事例動画】女性登用がもたらした組織成長 — トップが語る成功の鍵 **Webサイト** P 3
- ③ 人材戦略策定セミナー **会場、後日オンデマンド** P 4
- ④ 行動計画策定支援セミナー **オンデマンド** P 4
- ⑤ フォローアップコンサルティング **訪問またはオンライン** P 5
- ⑥ 女性活躍推進と健康経営セミナー **オンデマンド** P 5
- ⑦ 職場環境づくりと事例紹介セミナー **オンデマンド** P 6
- ⑧ 企業向けコンサルティング **訪問またはオンライン** P 6
- ⑨ 女性リーダー等育成のための管理職向けセミナー **オンデマンド** P 7

女性従業員向けセミナー

- ⑩ 女性管理職としてのスキルアップセミナー **会場またはLIVE配信** P 7
- ⑪ リーダーに必要な知識・スキルセミナー **オンデマンド** P 8
- ⑫ 健康課題とキャリア両立セミナー **オンデマンド** P 8
- ⑬ キャリアやライフステージと健康を考えるセミナー **オンデマンド** P 9
- ⑭ 社外ロールモデルとの交流セミナー **会場またはLIVE配信** P 9
- ⑮ キャリアを考える女性従業員交流セミナー **会場またはLIVE配信** P 10
- ⑯ 女性従業員等向けメンタリング・コンサルティング **オンライン** P 10

東京都のセミナー&専門家をご活用ください!

実施期間 令和8年6月3日(水)～令和9年3月15日(月)

受付開始日 プログラムによって異なります

参加費 **無料** < お気軽にご参加ください

申込方法 事業ホームページからお申し込みください

<https://josei-jinzai.metro.tokyo.lg.jp>

申込は

Webで



女性活躍を人材・経営戦略として捉え、企業の行動計画の策定から運用までを支援

支援内容

健康課題とライフステージを踏まえ、学び・成長・つながりを通じた女性のキャリア形成を支援

開催方式

『セミナー・講演会・交流会』×『コンサルティング』を組み合わせ、
企業と働く女性を継続支援

現状の課題

社内制度・風土改革・人材育成が不十分で、女性活躍が進みにくい

人材の採用・定着、生産性の向上につながりにくい

キャリアの描き方や挑戦への自信が持ちがりにくい

仕事や健康面などとの両立問題により、働き続ける不安がある

女性活躍を進める企業・自分らしいキャリアを築きたい女性へ

クオリティの高い16のプログラム

×
様々な専門家による総合的な支援



企業向けセミナー

女性活躍を進める企業を後押しするプログラム

- 1 中小・中堅企業向け「人材・経営戦略についての講演会」
- 2 【事例動画】女性登用がもたらした組織成長 — トップが語る成功の鍵
- 3 人材戦略策定セミナー
- 4 行動計画策定支援セミナー
- 5 フォローアップコンサルティング
- 6 女性活躍推進と健康経営セミナー
- 7 職場環境づくりと事例紹介セミナー
- 8 企業向けコンサルティング
- 9 女性リーダー等育成のための管理職向けセミナー



女性従業員向けセミナー

スキルアップを目指す女性従業員のためのプログラム

- 10 女性管理職としてのスキルアップセミナー
- 11 リーダーに必要な知識・スキルセミナー
- 12 健康課題とキャリア両立セミナー
- 13 キャリアやライフステージと健康を考えるセミナー

女性のキャリア上の悩みを共有できるプログラム

- 14 社外ロールモデルとの交流セミナー
- 15 キャリアを考える女性従業員交流セミナー
- 16 女性従業員等向けメンタリング・コンサルティング

① 中小・中堅企業向け 『人材・経営戦略についての講演会』

対象者

都内中小企業等の経営者(役員等)

定員：50名*まで

※申込人数が定員を超える場合は抽選となります。

人的資本経営を背景に、女性の意思決定層への登用がもたらす効果と実現手法を探る講演会です。
先進企業の事例をもとに、経営層パイプライン再設計や戦略的人材配置の実践を紹介し、
組織変革の具体策と課題解決のヒントを提供します。



意思決定層への女性登用



経営戦略



人的資本



実施日

2026.10.20(火) 14:00~16:00

人的資本経営時代の人材戦略 ～女性を意思決定層へ。登用がもたらす経営効果と実践手法～

実施方法

集合型

会場

東京ガーデンテラス紀尾井町 紀尾井カンファレンス セミナールーム

オンデマンド配信

11月30日(月)開始



村松 栄子 氏

SCSK株式会社
Well-Being推進部 部長

講師紹介

日系企業で人事業務全般を経験後、外資系企業数社でダイバーシティ&インクルージョンや社内風土改革、社員エンゲージメント等を担当。これまで10以上のDEIに関する社員ネットワークを立ち上げ、ボトムアップ型施策を推進。2025年1月SCSK入社、4月より現職。



喜多 恭子 氏

パーソルキャリア 取締役副社長 執行役員 兼
パーソルホールディングス執行役員
CGDO(Cheif Gender Diversity Officer)

講師紹介

株式会社インテリジェンス(現パーソルキャリア株式会社)入社。派遣・OSの採用支援後、人材紹介で法人/CA両マネジメント、派遣事業部長や「an」事業部長を歴任。19年執行役員、22年人事本部長、23年doda事業本部長、25年取締役副社長執行役員。パーソルグループジェンダーダイバーシティ委員長。

② 【事例動画】女性登用もたらした組織成長 — トップが語る成功の鍵

女性を経営層に活用することによる意思決定の質の向上や組織の成長効果に着目し、
都内企業の好事例を通じて、人事・経営戦略としての女性活躍推進の実践ポイントを発信します。



女性活躍



成功事例



トップメッセージ

実施方法

Webサイトに掲出

公開時期

2026年8月以降随時公開



③ 人材戦略策定セミナー

対象者

都内中小企業等の経営者(役員等)

各回：20名*まで

※申込人数が各回の定員を超える場合は抽選となります。

女性活躍推進を「人材戦略」として捉え、現状の課題を可視化しながら取り組みの優先順位と打ち手を具体化します。経営と現場の納得感をつくり、実行につなげるための考え方を学べます。



人材戦略



女性管理職登用



データ分析

第1回

開催日程

2026.10.30(金) 14:00~16:00

女性従業員の
管理職登用を加速するために
～データで読み解く成功の勘所～

実施方法

集合型

会場

はたらく女性スクエア

オンデマンド配信

12月11日(金)開始



小林 祐児 氏

パーソル総合研究所 主席研究員
執行役員 シンクタンク本部長

上智大学大学院社会学専攻博士前期課程修了。NHK放送文化研究所、総合マーケティングリサーチファームを経て、2015年よりパーソル総合研究所。専門は人的資源管理論・理論社会学。著書に『職場の対話はなぜずれ違うのか』『罰ゲーム化する管理職』『リスクリングは経営課題』『残業学』など多数。

講師紹介

第2回

開催日程

2026.11.26(木) 14:00~16:00

女性活躍推進に向けた
企業の課題と
取り組みにおける3つの観点

実施方法

集合型

会場

はたらく女性スクエア



砂川 和泉 氏

パーソル総合研究所 研究員

大手市場調査会社にて10年以上、各種定量・定性調査や顧客企業ビジネスデータ分析を担当。自社の社員意識調査と人事データの統合分析や働き方改革プロジェクトにも参画。2018年より現職。著書に『学びをやめない生き方入門』(中原淳・ベネッセ教育総合研究所との共著・テオリア)。

講師紹介

④ 行動計画策定支援セミナー

対象者

都内企業等の経営者
及び人事・労務担当者等

一般事業主行動計画の策定及び更新に必要な基礎知識と実務ポイントを整理します。診断ツール等で現状を可視化し、形だけで終わらせない運用(実行と改善)の進め方まで学べます。



行動計画策定



法改正対応



女性活躍推進法

配信
開始

2026.6.30(火)～

法改正対応!～女性活躍推進法に基づく
一般事業主行動計画の策定・運用の実務ポイント～

実施方法

オンデマンド配信



講師紹介



岩田 佑介 氏

特定社会保険労務士

株式会社パソナ、三菱UFJリサーチ&コンサルティング株式会社の2社にて人事コンサルタント、ライフネット生命保険株式会社の人事部長を務めた後に独立。専門分野は人事制度の設計・運用。著書として『図解 労務入門』(ディスカヴァー・トゥエンティワン)など。

⑤ フォローアップコンサルティング

対象者

都内中小企業等
(従業員数300名以下)の
経営者及び人事・労務担当者等

各社の状況に合わせ、実行可能な一般事業主行動計画の策定から、
具体化・運用定着までを個別に支援します。



伴走支援



課題整理



えるぼし

実施
開始

2026. **6.23** 火 ~

訪問 or オンライン

実施回数 1社につき2回まで

※上記、実施期間内でも申込数が予定数に達した際には受付を終了させていただきます。



コンサルタント紹介



金津 昌弘 氏

パーソルワークススイッチコンサルティング株式会社
人事企画コンサルティング部 マネージャー

リクルートグループ、デロイトトーマツグループ、当社、三菱UFJグループを経て、再度当社へ入社。
海外含む幅広い業界の中途採用、組織開発や人事制度設計、ビジネス研修開発、研修講師など人事に関するあらゆる支援に従事。

※金津氏を含めた複数の人事コンサルタント、社会保険労務士等が担当

⑥ 女性活躍推進と健康経営セミナー

対象者

都内企業等の経営者・管理職、
人事労務担当者等

女性活躍推進において重要となる「女性の健康課題」について、社会背景や仕事・キャリアへの影響をわかりやすく解説します。
企業の取り組み事例や活用できる情報収集ツールを紹介し、経営・人事として求められる意思決定や、
実効性のある職場環境整備のヒントを提供します。



健康経営



女性の健康課題



フェムテック

配信
開始

2026. **8.12** 水 ~

女性の健康課題に企業はどう向き合うか
— データで見る課題の実態と経営・人事に求められる実践 —

実施方法 オンデマンド配信



平野 祐 氏

株式会社LIFEM(「ルナルナ オフィス」運営会社) 取締役

コンサルティング会社で地域医療連携NW構築のコンサルティング、
Webメディア企業でデジタルヘルス新規事業開発・ベンチャー出資/
グロース支援・認知症予防/共生サービス開発等を経験。2020年株
式会社エムティーアイ入社、株式会社カラダメディアに出向、取締役
としてルナルナ オフィスを企画・創業。

講師紹介



竹下 百里 氏

パーソルワークススイッチコンサルティング株式会社 執行役員

新卒入社後、ITILによるシステム運用改善やIT活用の新規事業立上
げ支援等、複数プロジェクトのリーダーを経て、人事領域のバッケ
ジ・クラウドソリューションを提供。現在は人事・経理・行政へ領域を広
げ、先端テクノロジーベンダーとのソリューション開発や働き方ショー
ケース施策を自ら推進しDXビジネスを牽引。

講師紹介

⑦ 職場環境づくりと事例紹介セミナー

対象者

都内企業等の経営者・管理職、
人事労務担当者等

女性が安心して働き続けられる職場の実現に向け、
健康課題や法令を踏まえた環境整備の考え方を学びます。
制度/就業規則/相談体制などの整備ポイントと事例を通じて、具体的な取り組みの道筋を描けます。



職場環境づくり



制度運用



事例紹介

配信
開始

2026. **9.10** 木 ~

女性が安心して 長くはたらき続けられる職場とは

実施方法

オンデマンド配信



講師紹介



松永 祐子 氏

社会保険労務士・
社会福祉士・精神保健福祉士

企業人事部での実務経験を経て独立。主に都内中小企業に向けた、
専門相談・コンサルティング、セミナー登壇の実績多数。
テレワーク・ABW導入支援、人事制度設計、就業規則策定等を通じ、
女性活躍推進の鍵となる柔軟な働き方を取り入れた制度の構築・運用
を支援。安心して働き続けられる職場環境づくりに注力している。

⑧ 企業向けコンサルティング

対象者

自社の変革に取り組む都内中小企業
(従業員数300名以下)等の経営者
及び管理職、人事・労務担当者等

専門家が現状整理から改善策の検討まで伴走支援します。
社内風土や制度運用を磨き込み、
より良い結果につなげるための実践的なサポートを提供します。



企業風土改革



人事制度改革



ノウハウ伝授

実施
開始

2026. **6.23** 火 ~

訪問 or オンライン

実施回数

1社につき3回まで



※上記、実施期間内でも申込数が予定数に達した際には受付を終了させていただきます。

コンサルタント紹介



綿古里 美穂 氏

パーソルワークススイッチコンサルティング株式会社
人事企画コンサルティング部 コンサルタント

ジェイコム株式会社、株式会社インテリジェンスにて法人営業を経験後、2018年よりパーソルプロセス&テクノロジーに転籍しコンサルタントに従事。2022年の分社後、パーソルワークススイッチコンサルティングにて人事企画・中途採用を担当し、2025年コンサルタント復帰。採用支援・働き方改革支援に強みを持つ。

※綿古里氏を含めた複数の人事コンサルタント、社会保険労務士等が担当

⑨ 女性リーダー等育成のための管理職向けセミナー

対象者

都内企業等の管理職
(性別は問わない)

女性部下の意欲醸成/成長支援と、育児/介護等を両立する部下のマネジメントについて学びます。
心理的安全性、1on1、業務設計、制度活用などを具体化し、現場で実践できる形に落とし込みます。



キャリアアップ



女性の健康課題



女性リーダー

第1回

配信開始

2026. **6.30** (火) ~

“話しにくい”にどう向き合うか
女性部下の健康課題と
心理的安全性の作り方

実施方法

オンデマンド配信

講師紹介



金津 昌弘 氏

パーソルワークススイッチコンサルティング株式会社
人事企画コンサルティング部
マネージャー

第2回

配信開始

2026. **9.10** (木) ~

女性部下の育成と配慮を両立する
健康課題を踏まえた職場づくり実践

実施方法

オンデマンド配信

講師紹介



根路 銘 梢 氏

パーソルワークススイッチコンサルティング株式会社
人事企画コンサルティング部
ゼネラルマネージャー

採用広告メディア事業会社で営業・マネージャーを経験後、2018年より当社
コンサルタントとして多数のPJTに従事。2020年より人事DX推進領域の部
長として、人事制度・働き方改革・採用・DI&Eなど多数の人事テーマPJTの最
終責任者を務める。ISO30414リードコンサルタント/アセッサー取得。

女性従業員向けセミナー

⑩ 女性管理職としてのスキルアップセミナー

対象者

都内企業等の女性管理職

各回：20名*まで

*申込人数が各回の定員を超える場合は抽選となります。

女性管理職が自分らしいリーダーシップを確立し、マネジメントの実践力を高めるためのセミナーです。
多様なケースを踏まえ、コミュニケーションや働き方、心身のコンディションまで含めて学びを深めます。



リーダーシップ



働き方改革



キャリア自律

第1回

開催日程

2026. **8.27** (木) 14:00~16:00

インクルーシブリーダーに必要な
ワークライフバランス基礎知識

実施方法

集合型

会場

はたらく女性スクエア

講師紹介



原 わか奈 氏

株式会社ワーク・ライフバランス

第2回

開催日程

2026. **10.6** (火) 14:00~16:00

組織力と業績アップのための
働き方変革の進め方

実施方法

集合型

会場

はたらく女性スクエア

講師紹介



新井 セラ 氏

株式会社ワーク・ライフバランス

第3回

開催日程

2026. **12.10** (木) 14:00~16:00

今、求められる新しいリーダーシップ
~多様な部下のモチベーションを引き出すには~

実施方法

集合型

会場

パーソルビジネスプロセスデザイン株式会社 豊洲本店

講師紹介



二瓶 美紀子 氏

株式会社ワーク・ライフバランス

第4回

開催日程

2027. **2.17** (水) 14:00~16:00

心や体の揺らぎに向き合い、
自分らしいキャリアを描く

実施方法

LIVE配信

講師紹介



大塚 万紀子 氏

株式会社ワーク・ライフバランス 取締役

11 リーダーに必要な知識・スキルセミナー

対象者

都内企業等の管理職を目指す
女性従業員・女性管理職候補者等

今後、管理職を目指す女性に向けて、コミュニケーション・AI活用・メンタルヘルスなど、リーダーに求められる力を学ぶセミナーです。リーダーとして、すぐに現場で使えるポイントを学べます。



キャリアデザイン



AI活用



コミュニケーション

配信開始	実施方法	セミナータイトル	講師
2026. 6.30 (火) ~	オンデマンド 配信	～経験を力に変え、未来を描く～ 女性リーダーのためのキャリアデザイン	山岡 正子
		～情報感度・AI活用・トレンドを仕事に活かす～ 変化に強い女性リーダー育成	
2026. 8.18 (火) ~		信頼されるリーダーになる!管理職に必須の“聴き方×”伝え方”	松澤 利栄子
		～職場のメンタルヘルス～ 安心安全な職場づくりに必要なセルフケアとラインケアのポイント	

講師紹介



山岡 正子 氏

キャリアコンサルタント/ファイナンシャルプランナー

IT業界で営業・マーケティング部長を経て2001年取締役就任、JASDAQ上場を経験。M&A・分社化等の企業戦略や人材育成に携わり、2011年キャリアコンサルタントとして独立。モチベーション・マネジメント、女性活躍推進、50歳からの働き方をテーマに活動するワーキングマザー。

講師紹介



松澤 利栄子 氏

オフィス・キャリアール代表 産業カウンセラー/キャリアコンサルタント/日本産業カウンセラー協会北関東支部認定講師

三菱商事(株)に約5年勤務。その後学習塾講師などを経て企業研修講師へ。体験談やワークを盛り込んだ内容はわかりやすいと好評。女性向け研修を得意とする。【登壇実績】イオン株式会社/警視庁/陸上自衛隊/農林水産省他

12 健康課題とキャリア両立セミナー

対象者

都内企業等の
男性従業員・女性従業員等

男女それぞれの健康課題を理解し、キャリアと両立するための考え方を学びます。相互理解を深めるポイントやケーススタディを通じて、職場での関わり方/支援の選択肢を整理します。



健康課題



相互理解



キャリア形成

第1回

配信開始

2026. **9.10** (木) ~

男女の健康課題を理解し、支え合う
職場とキャリア形成のヒント①

～女性が抱える健康課題～

実施方法

オンデマンド配信

講師紹介



中村 名律子 氏

千葉大学医学部附属病院 婦人科 助教

第2回

配信開始

2026. **10.14** (水) ~

男女の健康課題を理解し、支え合う
職場とキャリア形成のヒント②

～男性が抱える健康課題～

実施方法

オンデマンド配信

講師紹介



田村 貴明 氏

千葉大学大学院医学研究院 泌尿器科

講師紹介



綿古里 美穂 氏

パーソルワークススイッチコンサルティング株式会社
人事企画コンサルティング部 コンサルタント

講師紹介



高崎 優里 氏

パーソルワークススイッチコンサルティング株式会社
人事企画コンサルティング部 コンサルタント

働き方改革、エンゲージメント向上施策など人事領域の
コンサルタントに従事。

⑬ キャリアやライフステージと健康を考えるセミナー

妊娠出産・更年期・睡眠など、ライフステージに応じた健康課題とキャリアについて考えるセミナーです。正しい知識と視点を身につけることで、自分らしく無理なく働き続けるための具体的なヒントを得られます。



妊娠・不妊



月経・更年期



睡眠ケア

配信開始	実施方法	セミナータイトル	講師
2026. 8.25 (火)～	オンデマンド 配信	これからのキャリアと健康を考える①	妊娠・不妊に関する基礎知識と将来設計
2026. 9.29 (火)～		これからのキャリアと健康を考える②	月経の基礎知識と適切な対処法
2026. 10.27 (火)～		これからのキャリアと健康を考える③	更年期と向き合う持続可能なはたらき方
2026. 11.4 (水)～		これからのキャリアと健康を考える④	まさか私が介護？ ～キャリアと介護を両立するために今からできること～
2026. 12.15 (火)～		これからのキャリアと健康を考える⑤	はたらく女性に向けた睡眠基礎知識 ～「疲れたままはたらく」を卒業するセルフケア～



洞下 由記 氏

聖マリアンナ医科大学 産婦人科学講師 / 聖マリアンナ医科大学病院 産婦人科医長 / 日本産科婦人科学会専門医 / 日本生殖医学会生殖医療指導医

講師紹介



岡部 葉子 氏

関東中央病院 産婦人科医長

講師紹介



桜田 陽子 氏

株式会社ワーク・ライフバランス

(株)伊藤園で営業・マーケティング等を幅広く経験後、(株)ワーク・ライフバランスへ参画。心理的安全性を確保しながら問題の本質に迫るコンサルティングに定評があり、医療系・大企業・自治体等から厚い信頼を得る。介護・育児等の実体験とノウハウ視察を機に社会変革を志し、本質的な働き方改革へと導く。

講師紹介



永田 京子 氏

一般社団法人ちえぶら 代表理事

2014年「ちえぶら」を設立。1,000名超の調査と医師との連携で「更年期対策メソッド」を開発し、全国の企業や医療機関、自治体で講演を行う。受講者は8万人以上。カナダの国際閉経学会で研究発表、著書「ふりまわされない更年期」は台湾・韓国で翻訳出版。

講師紹介

⑭ 社外ロールモデルとの交流セミナー

「⑪リーダーに必要な知識・スキルセミナー」の受講者 各回：20名*まで

*申込人数が各回の定員を超える場合は抽選となります。

少し先に行くロールモデルのリアルな体験談と参加者同士の対話を通じて、自身のキャリアの具体像を描きます。迷いや悩みを整理し言語化することで、次なるステージへの自信を持って踏み出すきっかけを提供します。



ロールモデル



参加者同士のつながり



はたらき方のヒント

開催日程	実施方法	セミナータイトル	講師
2026. 7.21 (火) 14:00-16:00	LIVE配信	～AIの活用で業務効率と発想力を高める～ ロールモデルと学ぶ生成AI実践	山岡 正子
2026. 9.11 (金) 14:00-16:00	集合型 会場：はたらく女性スクエア	～経験者の声から、自分らしい管理職像を見つける～ ロールモデルと語る“私らしいはたらき方”	
2026. 11.14 (土) 10:00-12:00	集合型 会場：はたらく女性スクエア	こんなときどうしてる？ロールモデルと考える 職場コミュニケーション	松澤 利栄子
2027. 1.15 (金) 14:00-16:00	集合型 会場：パーソルビジネスプロセス デザイン株式会社豊洲本店	そこが聞きたい！ ロールモデルのメンタルヘルスとマネジメントの工夫	



山岡 正子 氏

キャリアコンサルタント/ファイナンシャルプランナー

講師紹介



松澤 利栄子 氏

オフィス・キャリアール代表 産業カウンセラー/キャリアコンサルタント/日本産業カウンセラー協会北関東支部認定講師

講師紹介

15 キャリアを考える女性従業員交流セミナー

各回異なるテーマで、参加者同士がざっくばらんに語り合い、気づきやヒントを得ることができる交流型セミナーです。

対話とワークを通じて、自分の価値観・強み・これからの働き方を整理し、次の一歩につなげます。

対象者

都内企業等の女性従業員等

各回：20名*まで

※申込人数が各回の定員を超える場合は抽選となります。



自分らしいはたらき方



対話



情報交換

開催日程	実施方法	セミナータイトル	講師
2026. 8.1 (土) 10:00~12:00	LIVE配信	健やかにはたらくためのメンタルヘルスケア	三ツ矢 玲子
2026. 10.9 (金) 14:00~16:00	集合型 会場：はたらく女性スクエア	理想の24時間を描いてみよう	宮下 菜穂子
2026. 12.17 (木) 14:00~16:00		対話で2026年を振り返ろう	
2027. 2.4 (木) 14:00~16:00	集合型 会場：パーソルビジネスプロセスデザイン株式会社豊洲本店	カードで見つける「自分らしいはたらき方」	千野 綾子

講師紹介



三ツ矢 玲子 氏
キャリアコンサルタント

行政・教育機関等にてカウンセリングおよびキャリアデザインの講義を担当。年間700名以上の相談対応実績をもち、幅広いケースに対応。正規雇用を目指す方に向け、コミュニケーションスキル・自己分析・マインドセットの研修を実施。長くいきいきと自分らしく働き続けるためのメンタルヘルス支援にも注力している。

講師紹介



宮下 菜穂子 氏
認定ワークショップデザイナー

会社員として働きながら企業・自治体での対話型ワークショップを企画・ファシリテーション。広報・コミュニティ領域の経験を活かし、組織内外の関係性構築が専門。講座企画や学生向けキャリアワークショップなど個人活動も展開。子育てと仕事を両立しながら自分らしいキャリアを探索・実践中。

講師紹介



千野 綾子 氏
キャリアコンサルタント

吉本興業(株)でタレントマネジメントを経験後、3人の子育てをしながら社労士事務所に従事。2018年国家資格キャリアコンサルタント取得後、厚労省L0活に7年間参画し年間200件の就職支援を実施。現在は企業・大学・高校等で年間100回登壇し、双方向コミュニケーションで支援するキャリア研修講師。

16 女性従業員等向けメンタリング・コンサルティング

対象者

セミナーや交流セミナーに参加した都内企業等(従業員数300名以下)の女性管理職、女性従業員等



メンタリング



健康相談



キャリアと健康課題

メンタリング概要

管理職経験者等との対話を通じて、悩みの整理と視野の拡大を図ります。キャリアの言語化を促し、実践的な学びや行動につながる気づきを得られるよう支援します。

実施開始

2026. **7.21** (火) ~

実施方法

オンライン*1

実施回数

1人3回まで*2

講師



メンター：管理職経験者等

コンサルティング概要

キャリアや健康課題との両立に関する悩みに対し、専門的な視点で整理・助言を行います。状況に応じた選択肢を具体化し、次の一歩につながる支援を提供します。

実施開始

2026. **7.21** (火) ~

実施方法

オンライン*1

実施回数

1人3回まで*2

講師



コンサルタント：保健師等

※1 本プログラムは、オンラインでの実施を基本としています。ご自宅や職場など、ご都合のよい場所から安心してご参加いただけます。オンラインでのご参加が難しい場合や、環境面で不安がある場合は、事務局までお気軽にご相談ください。

※2 上記、実施期間内でも申込数が予定数に達した際には受付を終了させていただきます。

ご利用前のご案内

受講について

⑩、⑭、⑮(交流セミナー)はグループワークがあります。オンラインの場合はカメラ・マイク『on』でご参加いただけます。周囲の環境を整えてご参加ください。



対象について

本事業のプログラムは、都内に事業所のある企業が対象です。

※一部従業員数で限定しているプログラムもあります。



申込について

セミナーへのご参加は申込者本人のみに限らせていただきます。必ず参加者1名ずつお申し込みください。



オンラインでの受講に関して

本事業におけるオンラインセミナーは、Web会議システムZoomを利用し、インターネット上で実施します。Zoomをインストールできない環境でも、お送りするURLから受講することができます。

- 1 パソコン、タブレット端末等(カメラが内蔵されていない場合はUSBカメラ等)をご用意ください
- 2 ヘッドホンセットまたはマイク付きイヤホン(パソコンのマイクでも参加可能ですが、周囲の音漏れ等ご注意ください)をご用意ください
- 3 安定したネットワーク環境にてご受講ください

お申し込み後、受講の前日までにご登録いただいたメールアドレスへ接続先の情報(ログインURLとパスワード等)を送付します。

事務局・講師との質疑応答や受講者様同士でのディスカッションの際にマイク・カメラを利用する場合があります。受講前にご利用のパソコン等で使用可能であることをご確認ください。

禁止事項とお願い

受講者1名につきパソコン1台でご受講ください(複数名で1台の使用は不可)。また録画・撮影、および資料の二次利用、内容のSNS等への投稿は固くお断りします。皆様に安心してご参加いただくため、ご理解とご協力をお願いいたします。

託児サービスのご案内

要予約 | 無料

会場開催のプログラムでは、託児サービスをご利用いただけます。事前予約制ですので、ご希望の方はお申し込みの際に「託児を希望する」にチェックを入れてください。詳細は、お申し込み後に別途ご案内いたします。



令和8年度版

企業と働く女性の キャリアパートナーシップ支援事業

本事業に関するお問い合わせ

事務局
連絡先

電話 : 03-4567-6653 (受付時間: 平日10:00~17:00)
メール : career_partnership@os.persol-bd.co.jp
Web : <https://josei-jinzai.metro.tokyo.lg.jp>

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

申込は
Webで



東京都 キャリアパートナーシップ



SNSでも情報発信中!



X

@tocho_sanro

Instagram

Facebook

@tokyo.jyosei

本事業は、パーソルビジネスプロセスデザイン株式会社が東京都より受託し運営しています。