

自分らしい働き方、 生き方が見つかる講座 キャリア★ナビ



令和8年
6月・7月

参加無料
事前申込制

自分らしくありたい女性に向けて、仕事と家庭の両立や人間関係など様々なテーマで開催します。
新しい一歩を踏み出してみませんか。

6月3日、7月1日

お仕事

生き方

毎週
水曜
開催

午前の部
10～11時
午後の部
14～15時

あなたはどのタイプ？

～生活シーンから考える適職診断～

仕事にはいろんな種類があります。
自分のタイプを知って
お仕事の可能性を広げましょう。
働いている方がキャリアを振り返り、
今後のプランに役立てることも
できます。

6月24日、7月22日

対人関係

アンコンシャスバイアス

～あなたにもある思い込み～

無意識の思い込みで自分の持っている
思い込みに気づいて視野を広げましょう。
人間関係の悩みが、
軽くなるかもしれません。

6月17日、7月15日

お仕事

私らしく働くって？

～何のために働く？これからどうしたい？～

働くことへの不安や迷いを整理し
自分らしい働き方を考える
きっかけになります。
自分が大切にしたいことや
今までの経験からどうしたいかを
考えます。

6月10日、7月8日

生き方

幸せな未来を描く 私のライフデザイン

～変化の多い時代に、
自分軸で生きるための人生設計～

「どんな生き方をしたいか」
大切にしたいことを振り返りながら、
ライフデザインシートを使って
理想の未来を見える化します。
自分らしい人生と一緒に考えていきませんか？

7月29日

家庭とのバランス

子育ても仕事も、 そして私も。

～無理をしない自分でいるために～

大変だけどどちらも大切な
子育てと仕事。どんな風にバランスを
とればいいのか。しょう。
バランスのととり方や
両立のコツなどについて
事例を交えて考えましょう。

定員

各回大人6名

(県内在住・在勤の女性)

※お子さまと参加は2組まで
※おもちゃはご持参ください

場所

OKBふれあい会館 第2棟9階 セミナー室 岐阜市藪田南5-14-53

講座へのご参加は、
雇用保険受給資格者証の
求職活動実績となります

お申し込みは
申込フォームまたはTELにて承ります。
申込締切：開催日前日正午
開催日前日が祝日の場合は
その前の平日正午

申込フォーム



【主催】岐阜県

【申込・お問い合わせ先】

岐阜県男女共同参画・女性の活躍支援センター

TEL. 058-214-6431

令和8年4月1日作成

岐阜県男女共同参画・女性の活躍支援センターのご紹介

女性の活躍を支援するため、
個別相談やセミナーを開催しています。



「就労・子育て」相談

要予約

これから働きたい方、働き続けたい女性を応援します。
仕事と家庭の両立、転職、働き方の見直しなど
様々なお悩みに応じます。
結婚、子育て、介護などにより変化する
ライフスタイルに応じた働き方を
一緒に考えてみませんか。



月～金 9時～17時(お1人様1時間)

ハローワーク マザーズコーナー スタッフによる相談(月1回)

要予約

子育て等、家庭と仕事の両立をしたい方の相談ができます。

第3金曜日 10時～12時(お1人様30分)



ハローワーク求人検索(月～土 9時～17時)

ハローワークの求人票をセンター内パソコンで検索できます。
お一人30分利用できます。(印刷可)



図書貸出サービス



お仕事・子育て・家庭・こころ・ジェンダー
等に関する書籍を貸出しています。



アクセスマップ



交通案内

- 電車でお越しの場合
JR岐阜駅(北口)から「岐阜バス」で約20分
名鉄岐阜駅から「岐阜バス」で約25分
JR西岐阜駅から「西岐卓・くるくるバス」で約12分
- お車でお越しの場合
名神高速道路・岐阜羽島ICから車で約20分
※無料駐車場あり



申込
問合せ

TEL.058-214-6431

(受付時間 月曜～土曜 9時～17時)

岐阜県 男女共同参画・女性の活躍支援センター

OKBふれあい会館第2棟9階
岐阜市藪田南5-14-53

ぎふジョ!

検索

URL <https://gifujo.pref.gifu.lg.jp/>

