



ワークシヨップ申込受付中

キャリア形成やワークライフバランスの専門家 蜂谷 知恵さんと一緒に、将来設計やお金、結婚・子育てについて考えながら、健康の新常識「プレコンセプションケア」について学びませんか？将来について考える良い機会ですので是非ご参加ください。

こんな人にオススメ

- 楽しく働くコツを見つけたい
- 同世代と交流したい

講師

蜂谷 知恵

Hachiya tomoe

国家資格キャリアコンサルタント／産業カウンセラー／公認心理師／保育士資格



令和8年 2026 3 / 7 土

時間 14:00-16:00

会場 旭川市大雪クリスタルホール
第3会議室 定員20名

〒070-8003 北海道旭川市神楽3条7丁目1-45



テーマ

自分らしい未来を考えよう！

Menu

- 理想の働き方の実現を考える
〈個人ワーク〉
自分らしい未来をつくるために、楽しく働くにはどうしたらいいか考えてみよう
- 〈グループワーク〉
みんなの理想の働き方を聞いて色々な価値観を知ろう
- 健康の新常識
「プレコンセプションケア」とは？
自分の心と身体を守るためにプレコンセプションケアを知ろう

スケジュール

- Schedule
- 14:00～ オリエンテーション
 - 14:10～ 講義「自分らしい未来を考えよう！」
 - 15:10～ 個人ワーク
 - 15:20～ アイスブレイク グループワーク
 - 15:40～ 個人ワーク
 - 15:50～ まとめ

お申込は
こちら！

