

ライフ・ワーク フェスタ

Your Story,
Your Colors.

わたしの未来はわたしがつくる
さあ、次のステージへ！

自分らしい未来をデザインする女性のライフ&ワークサポート

白河市女性に寄り添うライフ・ワークサポート事業

— これまでの経験を、あなたの力に。 —

今年度、この事業では女性の学びと成長を応援するカラフルなプログラムを開催してきました。

知識やスキルを育む 講座

ヘルスリテラシー・介護・AIなど
暮らしに役立つ学びを提供

想いを共有できる 交流イベント

茶話会や個別相談で
気軽に語り合える場

地域企業と出会う 体験企画

企業見学バスツアーやインターンシップで
地域でのキャリアを体感

今回開催の『ライフ・ワークフェスタ』は、今年度の歩みの集大成。
学びや発見、対話を通して自分らしい未来への一歩を見つけるプログラムです。
参加企業や女性たちのリアルな体験談に耳を傾けヒントが得られるはず。
「私にもできるかも」「やってみたい！」そんな新しい気持ちに出会い、
きっと明日からの日常が少し違って見えてくるはずです。
経験者のエピソードに触れ、来年度も続くこのプログラムで
あなた自身の力に変えていきましょう。

Your story, Your colors.

ここから始まる一歩が、きっと未来を変えていきます。

下記の二次元コードから
事業内容をご覧ください♪



ライフワークフェスタ

2025年 **11/21** (金)

心地よい毎日を描いてみよう

私らしく生きる未来デザイン

基調講演

▶ 13:45～14:30

講師

松崎敦子さん

心理学者

ステップライフ合同会社 代表
三育学院大学 特任准教授



R7年度セミナー講師陣とご参加企業の皆様との

成果報告会 & トークセッション

▶ 14:40～16:00



湯盛聖美さん



満井みさ子さん



石川達也さん

日時：11月21日（金）13:30～16:00

会場：白河市立図書館 中会議室 1・2（地図は裏面参照）

対象：白河市及び白河市近郊にお住まいの方

内容：基調講演／成果報告トークセッション

定員：50名程度

参加費：無料 ※事前申し込みが必要です

裏面の申込フォームよりお申し込みください
無料託児サービス有り（要事前申込）

今年度ご参加いただいた企業の皆様

- ・福島県南土建工業株式会社様
- ・株式会社朝日ラバー様
- ・せきべ児童クラブ様（白河市こども育成課）
- ・富士システムズ株式会社様
- ・大樹生命保険株式会社様
- ・新白河工場 郡山支社 白河営業所
- ・株式会社あおき様
- ・株式会社大黒屋様

今年度の
『集大成』

主催：白河市地域拠点整備室

運営事務局：白河市女性に寄り添うライフ・ワークサポート事業事務局

☎024-922-1321（平日9:00～16:00）℡ケイリーパートナーズ



SHIRAKAWA.WS

🔍女性に寄り添う 白河市

詳しくは公式サイト・SNSで
最新情報をチェック♪



私らしく幸せに生きるための3つのステップ

誰もが願う「幸せに生きること」けれど、体調の不安や日々の仕事、子育てや介護などで心が揺らぐこともあります。そんな毎日に役立つ、心理学に基づいた3つのステップをお伝えします。心を整え、自分らしさを取り戻すことで、明日からの生活が少し明るくなるきっかけとなるお話です。

講師紹介：松崎敦子（心理学者）

慶應義塾大学大学院で博士号（心理学）を取得し、発達障害の早期介入や保護者・支援者へのサポートに携わってきました。大学での教育や研究と並行しながら現場での取り組みにも注力し、2023年からは郡山市の医療法人仁寿会菊池医院と連携して保育園・幼稚園への訪問支援を開始。現在はステップライフ合同会社を設立し、大人の方のライフデザインや心のケアも含め、心理学の知見を日常に活かす活動へと広がっています。

ワークショップ&交流会

11/21(金) 16:00~
同日開催

心にあること、話してみよう

地域とわたしの 『未来フォーラム』

一緒に
描こう！

日時：11月21日（金）16:00～17:00

会場：白河市立図書館 中会議室 1・2（地図は下記参照）

対象：白河市及び白河市近郊にお住まいの方

定員：30名程度

参加費：無料 ※事前申し込みが必要です

下部の申込フォームより申し込みください
無料託児サービス無し（お子様同伴可）

地域での働き方やつながり方について語り合う
ワークショップ。

新しい出会いや交流をきっかけに、未来への一歩
を踏み出しましょう。年齢・職業・経験を問わず、
どなたでもお気軽にご参加いただけます。



「想いを言葉に、未来をカタチに」

「こんなことでできたらいいな」そのアイデアを、一緒にカタチにしてみませんか？新しい一歩を踏み出したい、地域の人とつながりたい、想いを分かち合いたい。そんな女性たちのワークショップです。子育てや仕事と向き合いながらも大切にしてきた想いを言葉にして、白河市をより魅力的で豊かな地域へ。あなたの声が、ここに住む女性一人ひとりの可能性を拓く力となります。

こんな方におすすめ

- 白河で仲間を見つけたい方
- 地域に何か貢献したい想いのある方
- 一歩踏み出すきっかけが欲しい方

今年度参加者の声



情報を得られ
将来のイメージが持てた



分りやすく楽しい
セミナーだった



インターンシップで
実際の業務を体験できた



初めは英会話でも
働くイメージが持てた

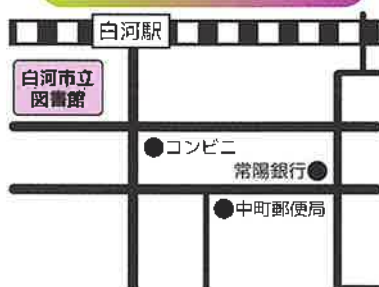


茶話会で気持の
整理整頓



令和7年度のアイコンの名前は
BlooMia（ブルーミア）
「私らしく花開く」
という意味が込められています。

開催場所



お申込・お問合せ



各種お申込み・ご質問・ご相談は
こちらから！