2025年度世田谷区立男女共同参画センターらぷらす区民企画協働事業

これからの「私」を描く。





「自分の願いに気づいて心が軽くなり、
次へのアクションに繋がる時間になりました。」（2児ママ）

「自分ひとりで、働き方や子育てについてなど、
悶々としている方がいらっしゃったら、
ぜひ参加して頂きたいです。温かい場所で、
安心してご自身と向き合えると思います。」（1児ママ）

ママの自己理解ワークとお話会

託児あり

＼働き方に迷いまくってきた現役ママ講師／



三原さやか
（慶應義塾大学 非常勤講師）



萌黄さやか
（キャリアコンサルタント）



庄司峰子
（キャリアコンサルタント）

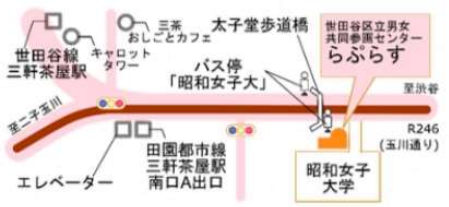
2026 2.1（日）
13:30〜15:30

受付	2025.12.15 申込受付開始
参加費	500円
定員	18名 ※要予約・先着順
対象	子育て中に自分を見つめたい女性
託児	生後5か月〜就学前まで ※1月10日までに要予約・応募多数の場合抽選
会場	世田谷区立男女共同参画センター「らぷらす」
問合せ	050-6864-5225
申込み	右記QRコード（Peatix）

※お申込みの際にいただく住所、氏名、電話番号等の個人情報は、参加者名簿の作成、キャンセル待ち登録名簿の作成および必要な場合の連絡以外の目的には使用しません。

「私、このままでいいのかな…？」
毎日子育てに追われる中で、
ふと立ち止まる時はありませんか？
子育てのこと、働くことや働かないこと。
人生で大事にしてきたこと、手放したこと。
ママたちがホッと一息つきながら
これからの私を描く、第一歩を踏みだしてみませんか？

お申込みフォーム
（2025.12.15受付開始）



世田谷区立男女共同参画センターらぷらす
〒154-0004　世田谷区太子堂1-12-40 グレート王寿ビル3〜5階
電話 03-6450-8510 FAX 03-6450-8511
らぷらすＨＰ http://www.laplace-setagaya.net/