

# 第49回 育児休暇復帰準備セミナーin東京

育児休暇中の毎日、いかがお過ごしでいらっしゃいますか。

「保育所って、どんなところだろう?」「子どもが熱を出したらどうするの?」「残業は出来ないけど仕事はこなせるのかな?」など、これからの職場復帰を控え、不安がいっぱいの方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

このセミナーでは、職場復帰後にどのような生活が訪れるかの体験談を聞き、実際に自分自身の優先順位を確認することにより、自分らしいワーク・ライフ・バランスを考えます。復帰後に子どもの病気で休む日数、夫に家事を分担してもらう方法など、具体的なアドバイスもあります。

また、自分の職場以外のワーキングマザーとの交流会は、復帰後の財産となります。現在妊娠中の方、すでに復帰されている方、ワーキングマザーの支援に興味のある方もどうぞご参加下さい。

**日 時** : 2015年2月9日(月)13:30~16:30

**場 所** : きゅりあん(品川区立総合区民会館)  
セミナー 4F第3グループ活動室  
保育ルーム 3F保育室

JR 京浜東北線・東急大井町線・りんかい線  
それぞれ大井町駅より徒歩1分

**講 師** : (株)マザーネット代表取締役 上田理恵子

1961年生まれ。自らの仕事と育児の両立体験から、ワーキングマザーが働きやすい環境作りに使命感を感じ、17年間のメーカー勤務を経て、2001年8月ワーキングマザーの総合支援サービス会社(株)マザーネットを創業。大学4年と大学2年の男の子二人の母。2度の育児休暇を取得した経験あり。1994年より、5万人以上のワーキングマザーの悩み相談を受けている。2013年より保活コンシェルジュサービスを開始し、希望の保育所への入所をサポートしている。著書「働くママに効く心のビタミン」(日経BP社)。



**スケジュール**: 13:30~15:00 **講義 & 質疑応答**

職場復帰に向けての心構え、保育所とはどんなところか、子どもが病気の時の対応、限られた時間での効率的な仕事の仕方、夫に家事や育児を手伝ってもらう方法などについて、わかりやすくお話しします。

15:10~16:30 **ワーク & 交流会**

復帰に向けて、「自分にとっての優先順位の確認」と「復帰後のタイムスケジュール作り」のワークを行いながら、参加者の方々との交流を行います。

**参加費** : 3,000円(税込)

**テキスト代** : 800円(ワークライフバランスダイアリー代。すでにお持ちの方はお申し出ください)

**定員** : 20名(先着順)

**保育** : ①会場にて保育 13:15~16:30 ¥5,000(お子様一人にケアリスト一人)

子どもの部屋にて、弊社ケアリストが大切なお子さまを、責任を持ってお預かりします。

★ケアリストとは? チャイルドケアだけでなく、マザーのケアも行うマザーネットの信頼スタッフ

お子さまが病気の時や、急な残業の時、自宅でお子さまのケアをいたします。

②ご自宅にケアリストを派遣 ご利用時間、料金はお問い合わせください。

職場復帰後のもしもの時のトライアルとして、一度お試しください。

**お申し込み**: 申込書にご記入の上、FAX または郵送にて 大阪本社へ 2月4日(水)までに、お申し込みください。

保育については、キャンセル料がかかります(前日1,800円、当日3,000円)。

**お問い合わせ**: 株式会社マザーネット 東京支社 <http://www.carifami.com>

〒105-0003 東京都港区西新橋3-17-7 月~金:9:00~20:30

TEL:03-3796-7188 E-MAIL: [wmc@carifami.com](mailto:wmc@carifami.com)

**Mothernet**

育児休暇復帰準備セミナーin 東京  
 <2015/2/9(月)開催>に申し込みます。

フリガナ	
お名前	
ご住所	〒 TEL FAX
メールアドレス	
勤務先	
お子様	フリガナ お名前( )男・女( )年 月 日生まれ) フリガナ お名前( )男・女( )年 月 日生まれ) フリガナ お名前( )男・女( )年 月 日生まれ) ※セミナー開催時のお子さまのご年齢を参考にさせていただきます
保 育	希望あり ・ 希望なし コース：会場・ご自宅 お子さま：フリガナお名前( )愛称( ) ※保育をお申し込みの方は、後日詳細のご連絡がございますので、 FAX番号もしくはパソコンのメールアドレスを必ずお書き下さい。
育休中どう過ごしましたか？	育休は( )回目
復帰にむけて悩んでいること	
復帰予定日	年 月 日
一緒にご参加予定のお友達	
このセミナーを知ったきっかけ	