

今の私を好きになる！

— 「自信」と「キャリア」の作戦会議 —

講師

フリーアナウンサー
国家資格キャリアコンサルタント

千葉 真由佳

日時

2026.7.14 (火)
18:30-20:30

申込はWEBサイトから



場所

渋谷区神宮前5-53-67
コスモス青山B1F

 はたらく女性スクエア

講演内容

働く女性を取り巻く環境は、雇用形態や働き方、ライフイベントの多様化により、「これが正解」といえるキャリアパスを描きにくい時代となっています。

本セミナーでは、地方局から全国放送、そしてフリーランスというキャリアを歩んできた千葉真由佳氏が、自身の経験とキャリアコンサルタントとしての視点を交えながら、日々の仕事や生活の中で揺らぎを感じる働く女性を対象に、悩みや不安を「強み」へと転換する考え方をお伝えします。周囲との比較や漠然とした不安を客観的に言語化するワークで、等身大の自分を受け入れる自信を育みます。言葉で心を整える力で明日への活力を充電できるようなトークセミナーです。

講師紹介

フリーアナウンサー
国家資格キャリアコンサルタント

千葉 真由佳

青森県青森市出身2016年にNHK青森放送局へ入局し、夕方ニュースのメインキャスターを務める。上京後はTBS NEWSや朝の報道番組THE TIME,を担当。現在はセント・フォースに所属し、東京と青森を拠点にフリーアナウンサーとして司会業、ファシリテーター、コラム執筆などを行っている。また、国家資格キャリアコンサルタント・弘前大学応援大使としても活動。現在、TOKYO MX『Wake Up 7』出演中！

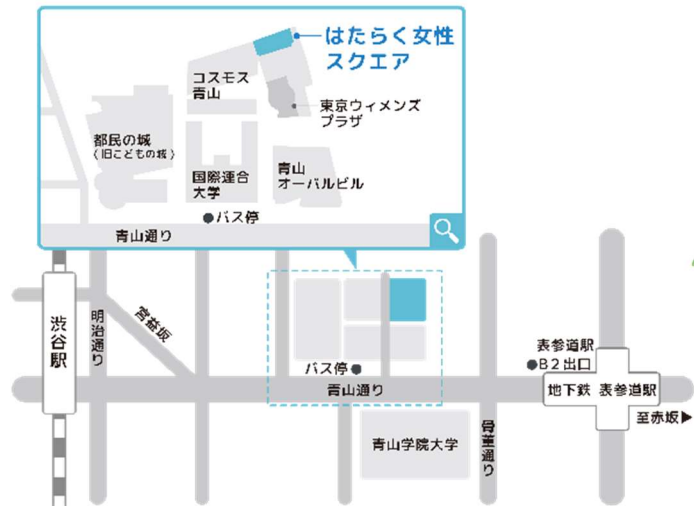


<アクセス>

- 東京メトロ銀座線・半蔵門線・千代田線
表参道駅 B2出口から徒歩7分
- J.R・東急東横線・京王井の頭線
東京メトロ副都心線
渋谷駅 宮益坂口から徒歩12分

●ご注意

- ※天災等による交通機関運行の影響により、セミナー開催を中止又は延期することがあります。その場合はホームページでお知らせしますので、受講前に必ずご確認ください。
- ※お申込みいただいた際の個人情報は、本セミナー受講のためにのみ利用します。
- ※セミナーの概要を、後日、ホームページに掲載する予定です。セミナー中に、都の職員が会場の風景を撮影させていただきますが、個人の特定につながるような箇所は撮影いたしませんので、ご了承ください。



申込方法
・
問合せ先

WEBサイトからお申込みください。

URL : <https://www.joseisquare.metro.tokyo.lg.jp/>

※定員になり次第締切となります。

電話 : 03-6427-7253 (平日 9:00~17:00)



東京都



女性活躍の輪
Women in Action