

Your Story, Your Colors.

暮らしも仕事も、もっと自由に、もっとあなたらしく。



L W S

SHIRAKAWA

令和7年度のあなたの”これから”を応援する
プログラムがいよいよスタートします！

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

－「選ぶ」自由を、あなたに。－

暮らしや働き方は、ライフステージや環境によって変わっていくもの。
この事業は、そんな変化に寄り添いながら、自分らしい選択を重ねていけるよう
サポートするプログラムです。

キャリアを見つめ直したいとき。
新しい働き方を模索したいとき。

- 知識やスキルを育む講座
- 想いを共有できる仲間との交流イベント
- 地域企業と出会うバスツアーやインターンシップ など、
多彩なプログラムを通じて、あなたのこれからを応援します。

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。

こんな方におすすめ

- ライフイベントと両立したい女性
ー育児・介護・家庭と仕事を両立したい
- 新たなキャリアに挑戦したい女性
ー再就職・キャリアチェンジ・スキルアップを目指す
- 地域とのつながりを築きたい女性
ー移住・転入者、地域でのネットワークを求める

キックオフイベント

2025年 **5/14** (水)

なんとなく不調...に悩むすべての女性へ

知ることが、私を守る。 女性のヘルスリテラシー。



講師：湯座聖美さん
VIDAトレーニングスクール 代表

日時：5月14日（水）10:00～12:00

会場：白河市立図書館 中会議室（地図は裏面）

対象：白河市及び白河市近郊にお住まいの方

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）

PMS、更年期、妊娠・出産・育児、...など
それぞれのライフステージに応じた心と体の変化について
「今の自分」を知り、整えるヒントをお届けします。
簡単に取り入れられるセルフケアを実際に体験しながら、
より健やかで、自分らしい毎日への一歩を踏み出しましょう。

セルフケア
も学べる♪

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）（株）ケイリーパートナーズ



SHIRAKAWALS

🔍 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♪

昨年度の様子



セミナーワークショップ



キックオフイベント



企業見学バスツアー



ジョブ・フェア



就労体験-Ripples-



成果報告会

第2回セミナー

2025年 **5/28** (水)

子育て中の方も必見！

今こそ、備えるとき。 親の介護、そして私の未来。



講師：満井みさ子さん
ハーベストNEXT 代表

日時：5月28日（水）10:00～12:00

会場：マイタウン白河 中会議室1（地図は裏面）

対象：白河市及び白河市近郊にお住まいの方

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）

ある日、突然やってくるかもしれない「介護」。
その時に慌てず向き合えるように、
今こそ知っておきたい制度や支援の情報をお届けします。
子育て期を含むさまざまなライフステージの方にとって、
気軽に話しながら、自分らしい暮らし方を見つめる時間です。

気軽に
介護トーク

イベントスケジュール



5-6月

ライフ・ワークセミナー

介護・キャリア・デジタルスキルを
知って、未来の可能性を広げる



7-9月

インターンシップ

白河市内の企業で仕事のリアルを
体験し、新しい働き方に挑戦



10月

企業見学バスツアー

地元企業を訪問し、ロールモデルと
出会う



11月

ライフワークフェスタ

1年間の集大成。学び、出会い、
新たな一歩を楽しむ特別な1日



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！