



がんばりすぎて  
いませんか？

## 演題

# 見つけよう！ 今の私にちょうどいい仕事と 生活のベストバランス

**日 時** 3月25日(土) 10:30~12:00  
**場 所** 境港市保健相談センター講堂(1階)  
**内 容** 人権学習ワークショップ(参加型学習)  
**講 師** なかえ みき  
中江 美紀 氏

(公社)鳥取県人権文化センター専任研究員

## 参加料および託児

無料(要申し込み)3/22(水)〆切

**定 員** 30人

『ワーク・ライフ・バランス』(仕事と仕事以外の生活の調和)について  
の内容になります。皆様のご参加をお待ちしています。



(申込み・問合せ先)

境港市総務部地域振興課人権政策室 片寄・松本

電話 (0859) 47-1102 Fax (0859) 44-3001

E-mai : chiikishinkou@city.sakaiminato.lg.jp