

働く女性のライフステージは仕事・結婚・出産・育児・介護と、さまざまな問題に出会います。『女性の人生はマラソンのようなもの』を認識してワークライフバランスを上手に保つためのストレスマネジメント研修です。

## ■研修項目（例）

1. 女性のキャリアとコミュニケーション
2. 男性組織（社会）とのコミュニケーション
3. 子育てワーキングウーマン向け研修