日本一女性が働きやすいまち宣言に賛同するリーダーの会会員限定



働く私を ちょっと整える

参加無料

～セルフケアを学び、働く女性を語る時間～

2026年

12/22 火

◆時間：16時～17時
（受付開始15時40分～）

◆会場：酒田市役所7階 703会議室

◆対象：会員事業所の女性

◆定員：25名程度

セミナープログラム

◆第一部◆
からだの内側から整えるセルフケア講座

○講師：腸もみ専門サロン「Relabe（リラビー）」
代表　池田歩美　氏

山形市で約10年間、女性に寄り添うセラピストとして活動。自身の経験からチネイザンと出会い、頑張ることが当たり前になっている女性が、少し力を抜いて、自分のための時間を過ごせる場所をつくりたいと思い、リラクゼーションサロン「Relax × beauty Relabe」をスタート。
お腹にゆっくり触れながら、身体だけじゃなく、気持ちまで少し軽くなる。そんな時間を過ごしていただけたらと思っています。

◆第二部◆
参加者同士の交流会

事務局が準備したテーマに沿って情報交換を実施します。事例共有や会員企業との横のつながりをつくる機会としてご活用ください。

お申込みはこちら



【お問い合わせ】酒田市役所 商工港湾課 人材活躍推進係
Tel：0234-26-5757　Mail：koyou@city.sakata.lg.jp