

夫婦年表をつくってみよう

～これからのキャリアを考える～



夫婦、パートナーのキャリアについてお互いどれくらい把握していますか？

話し合えていますか？この交流会では、「夫婦年表」を実際に作成した講師のお話を聴いた後に、ご自身の今までのキャリアを振り返りながら、これからのキャリアについて考えたりパートナーと語り合ったりしながら「夫婦年表」を作成します。

「夫婦年表」に興味がある方、取り組み方を知りたい方、つくってみたい方、ぜひお越し下さい。単身でもパートナーと一緒に参加いただけます。

2026年 2月 28日(土) 10:00～11:30

場 所 神戸市男女共同参画センター（あすてっぷKOBE）2階セミナー室3

対 象 神戸市在住・在勤の女性（パートナーとの参加も可能）お子様連れの男性

定 員 20名（要予約・先着順）

内 容 前半 夫婦年表って何だろう？パートナーとキャリアを考えてみる
夫婦年表を作成しよう

後半 参加者・スタッフみんなで交流タイム

今後どんな仕事がしたい？どこに住んでどんな生活をしたい？
参加者どうして話したり、聞き合ったりしてみましょう！

ご案内

一時保育は要予約・先着順です。満員の場合はお子様同伴で参加していただけます。
交流会終了後、あすてっぷコワーキングこうべを見学・利用していただけます。



講師 尾崎 隆人さん
製薬会社に勤務、1年間の育休取得を経て3人の子育て中。仕事のほかにも育休後アドバイザーとして育休後復帰のノウハウや夫婦関係構築に有効なコミュニケーション手法を広める活動も精力的に行っている。



進行 鴨谷香
あすてっぷコワーキングのキャリアアドバイザー。
大阪経済大学の教員として学生のキャリア支援も担当している。

1月28日(水)から受付開始 (先着順)

交流会参加・一時保育申込はこちらから

▶交流会に関するお問い合わせ

MAIL astep.coworking@gmail.com

▶一時保育に関するお問い合わせ

神戸市男女共同参画センター（あすてっぷKOBE）

TEL 078-361-6977

受付時間 8:45～17:30 (火～土曜日)

交流会参加



一時保育利用



一時保育利用

6か月～就学前教育までの子さま（定員制）
交流会参加申込後に、参加者ご自身で
申込を行ってください
※お子様と一緒に参加することもできます

あすてっぷコワーキングは

神戸市が運営する女性向けコワーキングスペースです。

あすてっぷコワーキングで“自分らしい働き方”を探してみませんか？

利用料
無 料
要予約

対象者：神戸市在住・在勤の女性
お子様連れの男性



- テレワーク、再就職準備、資格取得準備
などに利用できます
- お子様連での利用可能
- 授乳室、一時保育（要予約）あり
- Wi-Fi利用可能、PC貸出（要予約）、
個室型ワークブース（要予約）あり
- スキルアップセミナーやキャリア相談
などのサポート
- 利用者間の挨拶・コミュニケーション、
情報・知恵の共有歓迎
- 利用者どうしのつながりづくりを
支援するイベントの実施

一時保育あり
お子様連れOK

SNSで日常の様子や
最新情報をお届け
しています！

HP



Instagram



詳細はあすてっぷコワーキングHP・SNSをご覧
ください！

あすてっぷコワーキングこうべ

神戸市中央区橋通3丁目4番3号
男女共同参画センター内



OPEN

月～土曜日 9:00～20:00
※月曜は第1～3に限る

CLOSE

日・祝・第4.5月・年末年始（12/28～1/4）

アクセス

JR「神戸駅」徒歩7分
神戸市営地下鉄「大倉山駅」徒歩3分
神戸市営地下鉄「ハーバーランド駅」徒歩7分
神戸高速鉄道「高速神戸駅」徒歩3分
有料地下駐車場があります。
※台数に限りがあります

あすてっぷコワーキング学園都市

神戸市西区学園西町1丁目1
ユニバーブラザ2階



OPEN

月～土曜日 9:00～20:00

CLOSE

日・祝・年末年始（12/28～1/4）

アクセス

神戸市営地下鉄「学園都市駅」徒歩1分
(改札を出て右折、駅の南隣のビル)

専用の駐車場はありません。
近接の有料駐車場をご利用ください。

あすてっぷコワーキング六甲アイランド

神戸市東灘区向洋町中6丁目9
神戸ファッショントマート1階



OPEN

月～土曜日 9:00～20:00

CLOSE

日・祝・年末年始（12/28～1/4）

アクセス

六甲ライナー「アイランドセンター駅」徒歩1分
※有料駐車場・無料駐輪場もあります