東京都

# ライフ・ワーク・バランス EXPO東京 2026

## “時間”をより価値あるものに

本イベントでは、「働き方改革」に役立つ有識者の講演や最新機器の展示、先進的な企業の紹介など、さまざまなコンテンツをご用意しています。「ライフ・ワーク・バランス」の実現に関心がある方に必要な情報をお届けします。

### リアル展示会

2026 2.6 金 10:00-18:00

東京国際フォーラム ホールE1
東京都千代田区丸の内3丁目5−1

**入場無料！** LIVE配信あり

### オンライン展示会

2026 2.17 火 - 3.10 火

### 総合司会

フリーアナウンサー・ナレーター
赤平 大 氏

### 基調講演 事前申込制

10:15-11:00

**DXによる組織変革**
**―経営を変える、働き方が変わる―**

一橋大学
副学長　経営管理研究科教授
西野 和美 氏

### 授与式 事前申込制

11:15-11:45

**東京LWB認定企業 認定状授与式**

TOKYO ライフ・ワーク・バランス 認定企業

### 男性育業フォーラム 事前申込制

12:45-13:30

**男性育業の促進は企業の持続的成長のカギ**

大東建託株式会社
執行役員　HR統括部長
湯目 由佳理 氏

### パネルディスカッション 事前申込制

13:40-14:30 **一人ひとりが実践できる女性活躍推進への一歩**

富士水質管理株式会社
専務取締役
白山 達也 氏

株式会社ツムラ 経営統括本部
コーポレート・コミュニケーション部
コミュニケーションデザイン課 課長
宮城 英子 氏

アステラス製薬株式会社
人事部 HRビジネスパートナーズ
日本マーケット Senior Director
山下 まどか 氏

ジャーナリスト
浜田 敬子 氏
モデレーター

13:40-14:30 **介護への関わり方・介護離職を防止するために**

一般社団法人
介護離職防止対策促進機構
理事
飯野 三紀子 氏

東洋エンジニアリング株式会社
TOYO未来推進部長／
経営管理本部人事部
末松 倫 氏

株式会社アットオフィス
代表取締役社長 CEO
谷 健太郎 氏

フリーアナウンサー
柴山 延子 氏
モデレーター

15:40-16:30 **社員の手取り時間と幸福度を増やす！** いい人材が定着する、生産性の高い働き方へ

大塚倉庫株式会社
取締役 総務人事部長
島津 光沙子 氏

シナモンAI
代表取締役社長 CEO
平野 未来 氏

株式会社オンワードホールディングス
代表取締役社長
保元 道宣 氏

株式会社ワーク・ライフバランス
代表取締役社長
小室 淑恵 氏
モデレーター

## スケジュール

| | メインステージ（事前申込制・LIVE配信） | サブステージ（申込不要） |
|---|---|---|
| 10:00 | | |
| 10:30 | 10:15-11:00 **基調講演**<br>DXによる組織変革 ―経営を変える、働き方が変わる―<br>西野 和美 氏 | |
| 11:00 | | 10:40-11:10 過去東京LWB認定企業<br>**トークセッション** |
| 11:30 | 11:15-11:45 **授与式** 東京LWB認定企業認定状授与式 | |
| 12:00 | | |
| 12:30 | | ライフ・ワーク・バランスの実現に向けたヒントを発見していただくため、令和7年度東京ライフ・ワーク・バランス認定企業や同じ課題に悩む他企業の担当者との交流会を実施します。 |
| 13:00 | 12:45-13:30 **男性育業フォーラム**<br>男性育業の促進は企業の持続的成長のカギ<br>湯目 由佳理 氏 | |
| 13:30 | | |
| 14:00 | 13:40-14:30 **パネルディスカッション①**<br>一人ひとりが実践できる女性活躍推進への一歩<br>白山 達也 氏 ／ 宮城 英子 氏 ／ 山下 まどか 氏 ／ 浜田 敬子 氏 | 13:35-14:25 認定企業交流会①<br>**働き方改革と企業成長** |
| 14:30 | | |
| 15:00 | 14:40-15:30 **パネルディスカッション②**<br>介護への関わり方・介護離職を防止するために<br>飯野 三紀子 氏 ／ 末松 倫 氏 ／ 谷 健太郎 氏 ／ 柴山 延子 氏 | 14:35-15:25 認定企業交流会②<br>**従業員が主役の職場づくり** |
| 15:30 | | |
| 16:00 | 15:40-16:30 **パネルディスカッション③**<br>社員の手取り時間と幸福度を増やす！ いい人材が定着する、生産性の高い働き方へ<br>島津 光沙子 氏 ／ 平野 未来 氏 ／ 保元 道宣 氏 ／ 小室 淑恵 氏 | 15:35-16:35 認定企業交流会③<br>**業界をリードする制度整備** |
| 16:30 | | |

**認定企業交流会 参加しやすくなりました！**

当日参加OK 予約不要！ ／ ドリンク無料！ ／ 参加&アンケート回答で グッズプレゼント！

### 働き方改革応援コーナー

ワークプレイス改革／DX・業務効率化／ワークエンゲージメント／健康経営の4つのテーマに沿って最先端機器を多数展示します。

### 家庭と仕事の両立支援コーナー

育児・介護と仕事の両立／不妊治療や病気治療との両立など従業員の家庭と仕事の両立を図るためのポイント、実践的に取り組む企業の事例を紹介します。

公式サイトで配信中！

**ミニセミナー** 知っておきたいライフ・ワーク・バランスの取組に役立つ解説動画をご覧いただけます。

### 認定企業／支援団体展示

今年度認定を受けた東京ライフ・ワーク・バランス認定企業やLWBに取組む企業を支援する団体等が数多く出展します。

**レコメンド機能**
あなたの関心にマッチした認定企業をご紹介！
レッツ来場登録

同時開催！

女性向けイベント
**私らしく働く合同就職面接会**
2月5日(木) ～2月7日(土)
東京国際フォーラム ホールE2にて開催！
https://jobfair-woman2026.metro.tokyo.lg.jp/

お問合わせ先
ライフ・ワーク・バランス EXPO東京2026事務局
〒101-0064 東京都千代田区神田猿楽町2-7-6 TK猿楽町ビル2階
TEL：03-3233-8397 MAIL：lwbtokyo@ad-nikko.co.jp
※平日 10:00～17:00（土・日・祝日は除く）
※2025年12月26日（金）～2026年1月5日（月）は年末年始休業とさせていただきます。

主催：東京都　後援：東京商工会議所、（一社）東京経営者協会、東京都中小企業団体中央会、（一社）東京工業団体連合会、東京都商工会議所連合会、東京都商工会連合会、（一社）東京中小企業家同友会、日本労働組合総連合会東京都連合会、東京地方労働組合評議会、（公財）日本生産性本部、（公財）21世紀職業財団、厚生労働省、内閣府男女共同参画局、東京労働局、（独）労働政策研究・研修機構、九都県市、（公財）東京都中小企業振興公社、（公財）東京しごと財団、（地独）東京都立産業技術研究センター

ご予約、詳細はこちら
https://lwb-expo-2026.metro.tokyo.lg.jp/

R70 古紙パルプ配合率70%再生紙を使用
石油系溶剤を含まないインキを使用しています
リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。