

女性再就職支援セミナー+個別相談会 (希望者のみ)

ココだけは押さえておきたい!

# 私らしく働くための 自己理解と仕事の探し方

託児付  
(予約・先着順)

「今の私ができる仕事ってあるのかなあ…」と、  
漠然と求人情報を眺めた経験はありませんか?



自分の価値観と強みを知る

働くために必要な準備を知る

今の労働市場について

どういう人が求められているの?

求人情報をみるコツ

わたしのこと

社会のこと

私らしく働くためのしごとを探す



本セミナーでは、納得して働くために、まずは自分自身のこと・社会のことを整理した上で、具体的な仕事探しのポイントをお伝えします。また、参加者同士の意見交換時間も非常に好評なセミナーです。希望者(先着10名)には、専門のキャリアカウンセラーが個別相談を承ります。(事前予約制)ぜひ、この機会をご活用ください。

※こちらのセミナーはお子様同伴で受講することはできませんので、託児サービス(事前予約制)をご利用ください。  
※託児サービス、個別相談会については裏面をご参照ください。

日時 平成30年 **10月31日(水)** 10:00~12:00 受付開始 9:30

会場 **すみだ女性センター 3階 ホール** 東京都墨田区押上2丁目12番7号  
●京成・メトロ・都営 押上駅A3出口より徒歩5分 ●東武・とうきょうスカイツリー駅より徒歩10分

対象 **就職活動中または、これから働きたいと思っている女性**  
セミナーの受講にあたっては、当日会場で東京しごとセンターの利用登録をしていただきます。登録いただきますと、キャリアコンサルティングをはじめ、各種セミナーが利用できます。

定員 **50名(先着順・予約制)** 受講料 **無料**



講師 **滝澤 理砂**

国家資格キャリアコンサルタント/  
CDA(Career Development Adviser) / 産業カウンセラー

約15年間、複数企業において人事・採用・教育に携わった後、公的機関の就労支援センターでキャリアコンサルタント・講師として10年以上従事。現在は、フリーランスとして、大学生の支援や自治体における女性及びミドル層の再就職支援、キャリアデザインやコミュニケーション等の研修の講師を担当している。一児の母。



※駐車場がないため、お車でのご来場はご遠慮ください。

電話・Webでお申込みください

9月21日(金)より申込開始

- お申込時確認事項
- 託児希望の有無
  - 個別相談希望の有無
  - 電話番号
  - 氏名(託児利用時は、住所・お子さんの名前・生年月日・性別)
  - 東京しごとセンターのご登録の有無(ご利用者番号)

東京しごとセンター女性しごと応援テラス  
TEL.03-5211-2855

平日9:00~20:00、土曜日9:00~17:00 ※日曜、祝日、年末年始は休業  
<https://www.tokyoshigoto.jp/jyosei/> 女性しごと応援テラス 検索

注意事項

※やむをえず、セミナー・個別相談予約のキャンセルをされる場合はご連絡ください。  
※出席確認などのため、予約された方に別途ご連絡をさせて頂く場合があります。  
※雇用保険の受給中の方は、求職活動の実績として申告できます。

## 🌸 セミナー終了後に、個別相談会を開催します。

これからのこと、  
専門の女性キャリアカウンセラーに  
個別に相談してみませんか？



お気軽に  
ご参加  
ください

- 🌸 働きたいと思うけど、何から始めたらいいの？
- 🌸 家庭と仕事の両立、こういうところが困ってるんだけど・・
- 🌸 ブランクが長いけど、面接で聞かれたらどんな風に答えたらいいの？
- 🌸 なかなか就活がうまくいかないんだけど、どうしたらいいの？

費用 無料 時間 ① 12:15～ ② 12:45～ ③ 13:15～

定員 10名(先着順・予約制)

申込方法 セミナー申込み時にお知らせください

※定員に達した時点で締切になります。

個別相談に託児はありませんが、  
お子さんとご一緒に参加いただけます。

## 🌸 すみだ女性センター内に託児室を用意します。

対象年齢 1歳～未就学児まで

※最終締切は10/16(火)17:00になります。

費用 無料

時間 10:00～12:00

※託児受付開始:9:45～

定員 5名程度(先着順・予約制)

持ち物 飲み物・おやつ・おむつ・おしりふき・着替え・ビニール袋 等

※すべてお名前をご記入ください。

申込方法 セミナー申込み時にお知らせください ※定員に達した時点で締切になります。



### 近日開催のプログラム

さらにステップアップしたい方におすすめ！

ブランクがあっても大丈夫！

女性再就職サポートプログラム in すみだ

再就職 はじめの一步 コース

〈託児付き〉  
5日間  
コース

受講料無料

定員25名

例えばこんな方におすすめ！

- 仕事はしたいと思うけど、ついていけるか心配…
- パソコンスキルに自信が無い…
- 自信を持って就職活動を始めたい！

日 時 平成30年11月19日(月)～26日(月)  
各日10:00～16:00 ※土日祝除く

会 場 すみだ女性センター ホール  
墨田区押上2丁目12番7号

申込期間 平成30年 10月1日(月)～11月8日(木)

お申込み・詳細についてはこちらから

女性しごと応援テラス 検索

<https://www.tokyoshigoto.jp/jyosei/>

女性しごと応援テラスってどんなところ？ 説明&見学会 毎月1回開催中！

詳しくは下記HP又は電話にて  
お気軽にご連絡ください！

女性しごと応援テラス TEL.03-5211-2855

女性しごと応援テラス 検索

<https://www.tokyoshigoto.jp/jyosei/>

最新のイベント情報や参加者の声は  
Facebook・Twitterでも発信していますのでぜひご覧ください。



Twitter (女性しごと応援テラス)  
@jyoseishigoto



Facebook (女性しごと応援テラス)  
<https://www.facebook.com/jyoseishigoto>