

マザーズおしごと相談会

in 鶴岡



セミナー受講料無料

見守り託児付き

就職活動前でも、何かを始めたいと
思っている方も
お気軽にご参加いただけます。
マザーズコンシェルジュと一緒に
「今できること」について
考えてみませんか？

～就職を考えている子育て中のママを対象におしごと相談会を開催します～

就職活動前でも「そろそろ働こうかな…でも、何から始めたらいいかわからない」、
「仕事と子育て、両立できるかな…」、「子どもの預け先、どうやって探すの？」、
「ブランクがあって不安…」などおしごとを始める前の不安や再就職について考えている方も
お気軽にご参加いただけます。

日程

4/9 (月)
ママの自分探し
～ワタシを探そう～

5/21 (月)
再就職ママと家族の
タイムスケジュール

セミナー 10:30 ～ 11:30 (要申込み)

※詳しい内容は裏面をご覧ください

※11:30～12:00 はセミナー参加者

個別相談会 (希望者のみ)

個別相談会 13:00 ～ 15:00 (申込み不要)

○『おしごと』に関するお悩み ○子育てに関すること

○仕事と家事、子育てとの両立

○ブランクがあって不安

などなど、何でもお気軽にどうぞ

場所

ハローワーク鶴岡 1階会議室 (鶴岡市道形 1-13)

お申込み・お問い合わせは…

マザーズジョブサポート庄内

〒998-0044 酒田市中町 1-4-10 酒田市役所中町庁舎内 2F (ジョブプラザさかた内)

TEL : 0234-28-8061 FAX : 0234-28-8071

HP もご覧ください! <http://m-job-shonai.jp/> マザーズジョブサポート庄内 [検索](#)



マザーズおしごと相談会 in 鶴岡



お子さんと一緒にセミナーに参加できます！
ママと同室でセミナーを受けたり、相談をしたりすることができます！
保育スタッフがママをサポートしますので、ぜひ一緒に、お越しください。絵本やおもちゃも用意していますよ♪

◆ 10:30～11:30 セミナー ※4月と5月では内容が異なります

セミナー名	日程	内容	定員
ママの自分探し ～ワタシを探そう～	4/9	①自分を見つめなおしてみよう 今までの経験や自分の好きなこと、できると得意なことを書き出してみよう。 ②未来をイメージしてみよう 数年後の自分を想像してみよう。 ③みんなで話してみよう ママ同士で話すことで、新たな発見があるかもしれません。	5名
再就職ママと家族の タイムスケジュール	5/21	限られた時間の中で、家事や育児にどのくらい時間がとれるの？ 仕事も育児も、ちゃんとできるか不安…と思っている方へ。 自分や家族の1日をタイムスケジュール表に書くことで、自分や家族のこと、生活のことなどを見直して、仕事復帰のヒントを一緒に考えてみませんか？	5名

※11:30～12:00 セミナー参加者個別相談会（希望者のみ）

◆ 13:00～15:00 個別相談会（どなたでも参加できます。お申込み不要です。）

おしごとに関すること、子育てに関すること、仕事との両立に関すること…
お気軽になんでもご相談ください！

これからのセミナーの予定 ※詳細については今後のチラシ、HPでご案内します

6月	「働くママのお金の話」 ママの視点からも語る社会保険労務士の話とともに、自分の「これから」を本気で考えてみませんか？
7月	「預け先のことを聞いてみよう！」 お子さんの預け先について、地元の現状についての情報を聞いてみませんか。
8月	おしごとにも役立つ「コミュニケーションセミナー」 自分も相手も心地よいコミュニケーションのコツを学び、仕事にも役立ててみませんか。



住所	〒	TEL	
氏名	ふりがな		
	(年齢 歳)		
受講動機			
希望内容	希望日に○をつけてください。 4月9日 ・ 5月21日 (午前：セミナー ・ 午後：個別相談会)		
お子さんと一緒にご参加の場合、下記もご記入ください。			
お子さん	ふりがな		性別
	氏名		生年月日
		男 ・ 女	(年 月 日 生 歳 か月)