



再就職準備セミナー

マインド編

実践編

参加費
無料

自分らしく働くためには今の自分を理解することが必要です。自分の強みを理解して、自己実現のための一歩を踏み出しましょう。本セミナーでは、自分に合った「私らしい働き方」を目指して、再就職するための心構えについて学びます。

1日目
マインド編

7/3 水

午前 10 時～正午
開場 午前 9 時 40 分

私の働き方 自分の望みを かなえる選択をしよう

～就職への橋渡し、ハロートレーニング急がば学べ～

あなたの今の状況・再就職活動における不安や課題を整理しながら、働き方の自分軸や価値観を見つめ直しましょう。「ハロートレーニング」について知り、職業選択の可能性を広げ、再就職につなげます。

講師 山崎 彰子 Yamazaki Akiko



東京労働局ハローワーク王子 職業相談部門 訓練担当 就職支援ナビゲーター／国家資格キャリアコンサルタント／2級キャリア・コンサルティング技能士

2日目
実践編

7/4 木

午前 10 時～正午
開場 午前 9 時 40 分

求人票を読み解き、 自分のセールスポイントを考えよう

～求人票は企業理解の第一歩～

求人票を見る際のポイントを知り、ニーズをふまえて自分の強みを整理することで、自己PRに役立てましょう。どう再就職活動をしていくかを考え、見通しをもって、再就職活動ができるように後押しをします。

講師 岡端 正志 Okahana Masashi



株式会社まなびデザイン代表取締役／明星大学経営学部非常勤講師（キャリア開発）／MBA（筑波大学大学院）／中小企業診断士／国家資格キャリアコンサルタント

受付 6月4日（火）午前9時より受付開始。
電子申請・電話・スペースゆう窓口の
いずれかの方法でお申し込みください。
（裏面参照）※1日のみの受講も可



↑申込はこちら

会場 スペースゆう多目的室A B（北とぴあ5階）
定員 30名（申込順）

対象 主に結婚・出産・育児・介護などの理由で現在は
離職中かつ再就職を希望する女性
保育 定員あり。1歳以上の未就学児対象。ご希望の方は、
保育申込期限6月11日（火）までにお申し込みください。
申込多数の場合は抽選。抽選結果は、6月13日（木）以降に
お知らせします。※お子さん同伴での受講はできません。

持ち物 筆記用具

雇用保険受給中の方には「受講証明書」を発行します

申込・問合せ先

スペースゆう（北区男女共同参画活動拠点施設）

〒114-8503 東京都北区王子1-11-1 北とぴあ5階

[開館時間] 火～土曜 午前9時～午後9時 / 日曜 午前9時～午後5時

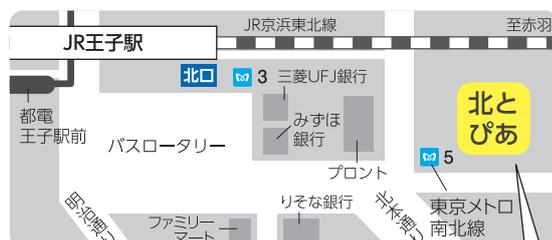
[休館日] 月曜・祝日（月曜が祝日の場合はその翌日も休館）

TEL 03-3913-0161

Eメール danjo-c@city.kita.lg.jp



↑講座の詳細は
こちら



- JR京浜東北線王子駅北口徒歩2分
- 東京メトロ南北線王子駅5番出口より直結
- 都電荒川線王子駅前より徒歩5分

スペースゆうには
北とぴあ6階のスターロードから
お越し下さい。