

／私らしく働く／

女性の

参加無料

すべての講座に
託児あり(無料)

おしごと応援!!

～再就職・キャリアアップ支援～

全5回連続セミナー

北勢・中勢・南勢各地区で開催

私らしい働き方とは?
働く自分への第一歩を応援します!

出産、育児、介護など様々な事情で仕事を離れている方や、正社員を目指したい方など、個々の状況にあわせて、働くことをサポートをするプログラムです。
5回の連続セミナーの他、専属カウンセラーによるキャリアプラン・就職相談、企業見学、体験学習などにより自分らしい働き方や、幸せな仕事探しをお手伝いします。再就職やキャリアアップのきっかけとして是非、ご参加ください。

ブランクがあるし…

もう一度働きたい

仕事の勘を
取り戻せるかな?

仕事と家庭の両立は
できるかな…



私らしく働く、なりたい未来へ

企業見学・体験マッチング

企業・働き方の
情報収集

知識・スキル習得

キャリアプランの
作成

個別キャリアカウンセリング

第1回 職業観の見直し

『ワタシ働く!』

第2回 仕事と家庭の両立

『家のこと・仕事のことあるある談義』

第3回 働くための労務知識

『働く私の労働関連法を学ぶ』

第4回 企業・働き方の情報収集

『企業との交流会』(ワールドカフェ方式)

第5回 ビジネススキル向上

『言葉を伝えるプロから学ぶ採用面接に活かせるプレゼン力』

個別キャリア
カウンセリング

キャリアカウンセラーが
マンツーマンであなたの
キャリアプランづくりを支援

全5回連続
セミナー

お仕事をするにあたって
必要な知識・スキルを習得!

企業見学・体験

どんな仕事があるの?
どんな働き方ができるの?
そんな疑問を解消!

全5回連続受講で、
キャリアカウンセラーが相談に応じ、
手厚く参加者をサポートします!

主催

公益財団法人三重県産業支援センター、三重県
〒514-0004
三重県津市栄町1丁目891 三重県合同ビル5階
☎059-253-1260

共催

三重県男女共同参画センター、
四日市市男女共同参画センター、松阪市

後援

三重労働局、県内ハローワーク、
鈴鹿市、津市

研修受講

全5回の受講を通して、自分らしい働き方を考え、社会人として必要なスキルアップを目指します。グループワークもあり仲間づくりもできます。

企業との交流会

女性に活躍してほしい、女性が働きやすい環境を整えている企業の方々と交流会です。不安に思っていることなど、気軽に聞ける機会ですので、是非活用してください。

企業見学・体験

ご要望に応じ、企業での見学や体験も可能です。働く前に、どのような企業なのか、仕事内容なのかなどイメージするきっかけづくりをしてください。

自分らしい働き方
スキルアップへ



きめ細やかなキャリアカウンセリング

専属カウンセラーが働くうえでの不安などをお伺いし「あなたらしい働き方」を探すお手伝いをいたします。

スケジュールと会場

	四日市 13:30~15:30 (第3回のみ13:00~16:00)	津 13:30~15:30 (第3回のみ13:00~16:00)	松阪 13:30~15:30 (第3回のみ13:00~16:00)
第1回	9月6日(金)	9月7日(土)	9月2日(月)
第2回	9月20日(金)	9月21日(土)	9月19日(木)
第3回	10月4日(金)	10月5日(土)	10月3日(木)
第4回	10月23日(水)	10月24日(木)	10月25日(金)
第5回	11月8日(金)	11月9日(土)	11月7日(木)

【四日市】三重県四日市庁舎
四日市市新正4-21-5

【津】三重県総合文化センター
津市一身田上津部田1234

【松阪】松阪市産業振興センター カリヨン別館
松阪市日野町788

■各講座定員は、10名程度です。

■第2回・第3回・第5回は各会場でご都合がつかない場合、別会場で受講も可能です。第1回・第4回はお住まいのお近くの会場にて受講ください。

■お申し込んだ後、詳細をご連絡いたします。

■雇用保険受給資格者に対しては求職活動の対象になります。

カリキュラムと講師

第1回 「ワタシ働く!!」

キャリアコンサルタント 【津】山口友美 【四日市】藤本陽子
【松阪】柴田佐織

- 「働くことの意味」 ■私にとってやりがいのある仕事って?
- 「私のキャリアプランをつくる」 ■キャリアカウンセラーの紹介

第2回 「家のこと」「仕事のこと」あるある談義

公益財団法人三重県産業支援センター 石垣弘美・布目敦

- 自分らしい生き方と仕事を考える ■フェアな家事シェアとパラレル家事のススメ
- あなたの人生脚本を書き換える ■自分のキャリアをデザイン・マネジメントする
- 企業におけるICTの今

第3回 「働く私の労働関連法を学ぶ」

特定社会保険労務士 中谷恭子

- ライフプランを見据えた得する働き方 ■配偶者控除は?年金は?
- 円満に働き続けるためのコミュニケーション術 ■SPTランプで自己分析。私を知る

民間企業で総務・安全衛生管理等に携わり、1999年社会保険労務士事務所開業。2000年3月まで公益財団法人21世紀職業財団和歌山事務所で雇用管理アドバイザーとして委嘱業務を担当。現在多くの人材育成研修やハラメント防止研修の講師として活動している。



第4回 企業との交流会(ワールドカフェ方式)

キャリアコンサルタント 山口友美

- やりがいを持って働ける職場とは ■企業が求める女性の人材
- 女性が働きやすい職場

各地域の企業とセミナー参加女性との交流会の総合ファシリテーター。2004年2月キャリアコンサルタント(CDA)として独立。NPO法人a trioを設立。「幸せな仕事をしている人で三重をいっぱいにする」をミッションに研修、コンサルティング、コーディネート事業を行っている。



第5回 「言葉を伝えるプロから学ぶ採用面接に活かせるプレゼン力」

フリーアナウンサー 山上和美

- 自分を表現する ■自分の想いを言葉で伝える
- 面接でアピールするチカラをつける ■県内の働く女性たちとつながろう

2003年3月までFM三重アナウンサー、2006年3月までNHK宇都宮放送局キャスター、その後フリーへ。現在FM三重の朝の情報番組「READY!」や三重テレビ「旬感☆Mie」に出演。数多くの研修講師や司会、講演など活躍中である。



参加申し込みは、Web・電話・メールへ

申込Web



mie-wfc

検索

Webサイトから
申し込みフォームへアクセス!

059-253-7657 atrio@a-trio.net

※電話の場合は【受付時間】平日9:00~17:00 ※メールの場合は名前・連絡先・住所・ご希望の会場を必ず記入してください。

【お問い合わせ・申し込み先】

NPO法人 a trio (アトリオ)

〒514-1125 津市久居元町2361-2 MC第一ビル101
TEL: 059-253-7657 FAX: 059-253-7659
HP: http://mie-wfc.com/

本事業はNPO法人a trioが公益財団法人三重県産業支援センターより受託し運営いたします。