

# 女性のための 再就職セミナー

協力：東京しごとセンター多摩

「デジタルスキル」を身に付けて、様々な仕事の中から  
「自分らしい働き方」で再就職を目指してみませんか

参加費  
無料

定員：20名

保育  
無料

先着：10名

## 日時

**10/15 (火)**  
～**10/17 (木)**

全日10:00～12:00

## 会場

多摩平の森  
ふれあい館  
集会室3-1

〒191-0062  
東京都日野市多摩平2-9  
JR中央線「豊田駅」北口徒歩7分  
イオンモール多摩平の森となり



## 対象

子育て・介護等で離職した女性、求職中の女性  
※3日間 全講座参加可能な方

## 申込方法

お電話もしくはメールにて、  
右記①～④について、申込先まで  
**10/4(金)まで**にお知らせください。

※保育は**10/1 (火)**まで

- ①氏名(ふりがな)
- ②お住まいの状況(日野市内・市外)
- ③連絡先(電話番号・メールアドレス)
- ④保育希望の有無(有の場合、お子様の年齢)

## 申込先

日野市企画部平和と人権課

■受付時間 平日 8:30～17:00

TEL 042-584-2733 / FAX 042-584-2748

〒191-0062

E-mail danjyo@city.hino.lg.jp

日野市多摩平2-9 多摩平の森ふれあい館 2階

第1回：令和6年10月15日(火)午前10時～正午

## 『自分らしい働き方』を見つけよう



講師

**大嶽 圭子** さん

プロフィール

国家資格キャリアコンサルタント。  
研修会社のプロデューサーとして企画・運営に携わる。2012年に、研修会社を設立。現在は、官公庁にて再就職セミナーを行うほか、多くの企業にて採用のスクリーニング（応募書類の選考と面接）に携わっている。

### 講座内容

再び働くための準備として、セルフコントロールのポイントを学び、希望労働条件や価値観を再確認し、「自分らしい働き方」を見つけましょう。

第2回：令和6年10月16日(水)午前10時～正午

## 『初心者のためのオンラインスキル入門』



講師

**山岡 正子** さん

プロフィール

国家資格キャリアコンサルタント。  
IT業界での経験を経て、2012年より人材開発業界に転身し、“生涯現役時代の働き方”など、様々な角度から働く人たちをサポート。キャリアカウンセリング・コーチングの経験は延べ6,000人以上。

### 講座内容

デジタル技術の普及により、就職活動もオンラインを利用した活動が一般的となっています。講座では、オンラインWEB会議サービス「Zoom」の基本操作、オンライン面接のビジネスマナー、SNSでの情報収集・発信の仕方などを初心者の方でも分かりやすく解説いたします。

第3回：令和6年10月17日(木)午前10時～正午

## 『求人検索ゼミ』及び情報提供

講師 東京しごとセンター多摩 就職支援アドバイザー

### 講座内容

第1回目、第2回目で学んだことをもとに、実際に求人検索を体験しながら、仕事を探すときのポイントを解説いたします。アドバイザーから個別にアドバイスを受けることもできます。