

報道機関各位

## ママのための再就職応援セミナー

結婚や子育てを機に一度仕事から離れていて、再就職を希望する女性を対象としたセミナーを開催します。連続したセミナーではありませんので、各回ごとに申込みできます。いずれも参加費、託児が無料です。来春に向け、早めに準備をしませんか。

### 日程およびテーマ

- 第1回 7月 8日(月) パソコンの基本操作を学んで不安解消
- 第2回 7月 19日(金) 写真撮影、面接に合わせたメイク講座
- 第3回 9月 9日(月) プチ在宅ワーク座談会&ランチ交流会
- 第4回 10月 27日(日) 子育てと仕事両立支援セミナー
- 第5回 11月 25日(月) 働くママとの交流会
- 第6回 1月 22日(水) ママの賢いマネープラン秘訣セミナー
- 第7回 2月 3日(月) 働く前の準備万端セミナー

**費用** 参加費、託児無料 ※第3回ランチ交流会のみ 500円実費負担あり

**申込み** 事前申込制 (受付時間 9:30~16:00 土日祝除く)  
子育て女性再就職トータルサポートセンター 電話 0265-96-8020

**その他** ・開催時間・会場等詳しくは、別添チラシをご確認ください。  
・会場については、変更になる場合があります。事前にご確認ください。

添付資料  有 無

育てる男が、家族を変える。社会が動く。



箕輪町は、  
イクボス・温かボス  
イクメンを応援します！

企画振興課 若者・女性活躍推進係  
(課長)毛利 岳夫 (担当)清水ちふ美  
電話:0265-79-3111 (内線)233  
FAX:0265-79-0230  
E-mail:katsuyaku@town.minowa.lg.jp

# ママの就業 お仕事相談

## 再就職トータルサポート

現在お仕事をされており、これから産休・育休を検討されている方から、子育て中で再就職をお考えの方まで「仕事と家庭の両立に関係する全てのこと」にご相談いただけます。



すべて無料でご利用いただけます。お子様を連れてお気軽にご相談下さい！

1

### お仕事などの相談

悩みや不安をご相談ください。

就職活動や子育てと仕事の両立が不安。自分の出来る仕事って何だろう?など色々な悩みや不安をお聞きし、改善、解決を目指してサポート致します。

2

### 求人など情報提供

上伊那エリアを中心に情報提供

職種、就業場所、勤務時間など希望条件をお伺いし希望に見合う求人情報をご紹介します。短時間のお仕事や上伊那地区の企業との連携の中で独自の求人情報もありますのでお気軽にご相談下さい。

3

### 就業に向けた準備

復帰まで安心して過ごすための準備

履歴書、職務経歴書などの書き方や面接に向けてのアドバイスを致します。就職前の職場見学や体験等へご参加いただき仕事の流れや職場の雰囲気を知ることがあります。

4

### 就職・その後のサポート

サポートある復帰で安心

お仕事の開始から職場や仕事に馴染むまでサポートさせて頂きます。企業側への要望もお伝えさせて頂きます。

※採用は企業側の判断となりますので必ず採用を約束するものではありません

### 南箕輪サポートセンター

子育て女性再就職トータルサポートセンター(こども館内)  
<南箕輪村4817-1> 電話: 0265-96-8020

ご相談は毎週

月 ~ 金

相談時間: 9時~16時(受付: 15時)

### 箕輪サポートセンター

子育て支援センターいろはぼけっと内  
<箕輪町中箕輪松島8759> 電話: 080-1053-3775

ご相談は毎週

火・木

相談時間: 10時~15時(受付: 14時)

どちらのセンターもご利用いただけ、同じ就業支援のサービスを行っております。

### お問い合わせ先

上伊那郡南箕輪村4817-1こども館  
子育て女性再就職トータルサポートセンター

0265-96-8020

受付時間: 9:30-16:00  
【土・日・祝日を除く】

上記番号がつかない場合はお手数ですが 0263-40-0234 平日9:00-17:00までご連絡ください。



minamiminowa.jp

センターの予定やセミナー情報をスマートフォン、パソコンからご覧頂けます。



「まっくん」



「もみじちゃん」



平成31年度 箕輪町 女性就業支援事業 / 平成31年度 南箕輪村 子育て女性再就職トータルサポート事業

事業受託会社



E-CURE  
イーキュア株式会社

長野県松本市島立 830-11 TEL: 0263-40-0234  
厚生労働省 職業紹介事業許可: 20-ユ-300004

本事業は、箕輪町と南箕輪村の広域連携事業として共同実施されています。



# ママのための再就職応援セミナー

受講・託児は事前予約制です。

【参加無料・託児無料】

雇用保険受給(失業給付)における求職活動対象となります。  
※要件となる求職活動に該当する必要があります。詳しくはお問い合わせください。



2019 **7・8**月 10:00-12:00

## パソコンの基本操作を学んで不安解消!

会場 子育て女性再就職トータルサポートセンター(こども館内)  
＜南箕輪村4817-1＞ ※会場は予定となります。

内容

パソコンにあまり触れる機会のない方から blanks のある方にオススメのセミナーです。基本操作、最新のビジネスソフトに触れて不安を解消へ。

- ◎キーボード、マウスの操作
- ◎Word、Excelの基礎知識、入力
- ◎実務に合わせた入力



2019 **7・19**金 9:30-12:00

## 写真撮影、面接に合わせたメイク講座

会場 子育て女性再就職トータルサポートセンター(こども館内)  
＜南箕輪村4817-1＞ ※会場は予定となります。

内容

再就職活動でも大切な第一印象。その印象は5秒で決まると言われています。薄すぎず、濃すぎない自分の顔にあったビジネスメイクを学びます。

- ◎知っておこう!メイクの基礎知識
- ◎人に与える印象の大切さを認識
- ◎個別に自分に合ったメイク方法(1人1人へメイクを実施)



2019 **9・9**月  
座談会 10:00-12:00  
ランチ交流会 12:00-13:30

## プチ在宅ワーク座談会&ランチ交流会

会場 フォレスト大芝(大芝高原)  
＜南箕輪村2358-5＞ ※会場は予定となります。

内容

働くかたちは「ひと」それぞれ。自宅で、自分のペースで出来るお仕事している方との座談会。パソコンを使っているプチ在宅ワークについて聞いてみよう!

- ◎在宅ワーカーのママを招いてグループディスカッション
- ◎ランチ会をしながらフリートーク

ランチ会のみ食事代の実費 **¥500**が必要です。



2019 **10・27**日 10:00-12:00

## 子育てと仕事両立支援セミナー

会場 箕輪町文化センター  
＜箕輪町中箕輪松島10291＞ ※会場は予定となります。

内容

フルタイム共働きになったらライフスタイルは、どう変わる??「家事・育児」の分担は夫婦で上手に話し合っ一人だけに負担が集中しないように計画するには!?

- ◎フルタイム共働きの良いところ
- ◎夫婦間でのコミュニケーションの考え方
- ◎仕事と子育てに対するものさし合わせをしてみよう



2019 **11・25**月 10:00-12:00

## 働くママとの交流会

会場 箕輪町文化センター  
＜箕輪町中箕輪松島10291＞ ※会場は予定となります。

内容

社会復帰したいけど不安や悩みがいっぱいの方にオススメ!実際に子育てしながら働いているお母さん達の声を聞いてみましょう!!働き方や家事の工夫を聞いて今後の生活に役立つヒントに!!

- ◎実際に働いているお母さんを招いてテーマに沿ったグループディスカッションとフリートーク



2020 **1・22**水 10:00-12:00

## ママの賢いマネープラン秘訣セミナー

会場 箕輪町文化センター  
＜箕輪町中箕輪松島10291＞ ※会場は予定となります。

内容

よく聞く103万、130万の壁とは何か?扶養の範囲で働くとホントにお得なのか、子どもの成長に合わせ今お金の関係で検討しておくことをご紹介します。

- ◎働くうえで知っておきたい扶養、税金、社会保障
- ◎子どもたちにかかるこれからのお金
- ◎ライフプランから今考えることを知る



2020 **2・3**月 10:00-12:00

## 働く前の準備万端セミナー

会場 子育て女性再就職トータルサポートセンター(こども館内)  
＜南箕輪村4817-1＞ ※会場は予定となります。

内容

書類選考をスムーズに突破するポイント!応募書類(履歴書)の書き方や以外なルールなどご紹介。自分の強みや専門性を活かした準備を進めるセミナー。

- ◎履歴書、職務経歴書の書き方
- ◎自分の棚卸、キャリアについて考える
- ◎面接対策と面接マナー

ご予約・お問い合わせ先

子育て女性再就職トータルサポートセンター

電話 **0265-96-8020**

受付時間:9:30-16:00(土・日・祝日を除く)

ネット



スマートフォン、パソコンからのご予約  
**minamiminowa.jp**

相談やセミナーについては、お電話・お問い合わせフォームからお気軽にお問い合わせください。個別相談会の日程確認など、お電話で相談も受け付けています。本チラシに記載のセミナー等の内容、開催日、開催時間は予告なく変更する場合がありますのでご注意ください。最新の情報は上記URLのウェブサイトをご確認ください。本チラシを受け付けさせていただいた個人情報(一)キョウア株式会社の個人情報の取り扱いにつきましては適切に管理させていただきます。詳細は上記URLをご覧ください。http://www.esuppo.jp/support-entry-support-request-rule/