

雇用保険の  
求職活動実績  
になります

## 3月セミナーのご案内

菜園で  
学ぼう

### ◎就職氷河期世代専門窓口

～ワークを中心にした参加型のセミナーです～

日	曜	セミナー内容	年齢	定員	お申込先
3/6	水	自分の強みを再発見！ 11:00～12:00 ～志望動機・自己PRにつなげよう～	制限なし	8名	就職氷河期 世代 専門窓口  019-908- 2060
3/13		応募書類を準備しよう 11:00～12:00 ～履歴書・職務経歴書の作成～	制限なし	12名	
3/27		面接練習で自信をつけよう 11:00～12:30 ～所作から問答練習まで～	制限なし	8名	

### ◎マザーズコーナー

日	曜	セミナー内容	定員	お申込先
3/14	木	マザーズコーナー就職支援セミナー ～仕事と家庭の両立を目指す方のための～ 10:30～11:30 お子様同伴可。未就学児の場合は3名まで	5名	マザーズ コーナー 019-907- 0203

○事前のお申込みが必要です（お電話でのお申込みも可能です）

○お申込み・お問い合わせはそれぞれの窓口をお願いします

【開催場所】 ハローワーク盛岡菜園庁舎 セミナールーム  
盛岡市菜園1-12-18 盛岡菜園センタービル 2階

☆ハローワークに求職登録している方であれば、どなたでも受講可能です

一緒に  
学びませんか？

## セミナーアンケートより

・ 一見短所に思える部分も、  
言い方次第でアピールにつな  
がる。

自分再発見

・ 自己PRが、思ってもみな  
いところから作り出せて自信  
になりました。

自分再発見

・ 考えてばかりいるので、書い  
てみて少しすっきりした。

自分再発見

・ 自分がやってきた仕事を  
かえりみて、できることを  
もっと探してみたいと思いま  
した。

応募書類

・ 失業中の方と意見交換してみ  
たいと思っていたので、短時間  
ですが話ができよかったです。

応募書類

・ 頭と体がいざというとき動  
かないということがわかりまし  
た。

面接練習

・ 笑顔を心がけて、面接に  
取り組んでいきたい。

面接練習

・ 子どもの見守りをしてもらえ  
るので、セミナーの話をよく聞く  
ことができとても助かった。

マザーズセミナー

・ 子どもを連れて参加のため緊張し  
ていたが、子育て中の参加者少人数  
のセミナーで、居心地良く学べた。

マザーズセミナー

○事前のお申し込みが必要です。

○雇用保険受給中の方は、当日受給資格者証をお持ち下さい。

## ～映画館通りのまちなかハローワーク～

土曜日も  
開庁！  
(職業相談コーナー  
10時～17時)

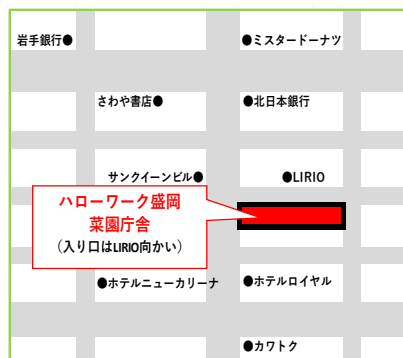
ご要望に  
合わせた  
各種相談  
窓口

ゆったりと  
ご相談  
頂けます

皆様を  
お待ちしております

## ハローワーク盛岡菜園庁舎

〒020-0024盛岡市菜園1-12-18 盛岡菜園センタービル内  
開庁時間：平日 10:00～18:30



駐車場はございません。  
最寄りの有料駐車場を  
ご利用ください。