



# R7.1 就職支援セミナーのご案内

マザーズハローワーク相模原では、さまざまな就職支援セミナーを開催中！

お子様と一緒に参加しやすい30～45分間のセミナーです。

※「マザーズハローワーク相模原」が初めての方は事前にアンケート記入がございます。

予約制

|                        |                          |  |       |
|------------------------|--------------------------|--|-------|
| 1月7日(火)                | 11:15～<br>12:00<br>(45分) | <b>職務経歴書の作成(DVD講習会)</b><br>DVDを見ながら職務経歴書の概要をつかみましょう。<br>「経験の棚卸し」をどのように行うのか映像で学べます。<br>職務経歴書作成のための冊子を差し上げています。  | 定員5名  |
| <b>NEW</b><br>1月15日(水) | 11:15～<br>11:45<br>(30分) | <b>ジョブチェンジ</b><br>ライフステージが変わるタイミングで未経験の仕事にチャレンジしてみませんか？「医療事務」「保育補助」「調理補助」「介護補助」についてざっくり説明します。よく知らなかった仕事に最も適正があるかもしれません。経験・資格がなくてもできる職種をご案内します。   | 定員5名  |
| 1月24日(金)               | 11:15～<br>12:00<br>(45分) | <b>マンダラート（“あいたい自分”のためのシート作成）</b><br>充実した職業人生のために夢や目標は大切です。<br>一度頭の中を整理して、“あいたい自分”を明確にしてみませんか？<br>「夢や目標」は堅苦しく考えず、「こうあいたい自分」をイメージして見つけていただければ大丈夫です。自己理解を深め、新しい気づきを得るきっかけにしてみてもいいでしょうか。   | 定員5名  |
| <b>NEW</b><br>1月29日(水) | 11:00～<br>11:30<br>(30分) | <b>キャリアを考える</b> ※オンラインセミナー<br>偶然を引き寄せて、キャリアを構築しませんか？<br>キャリアの8割は予測できない偶然により左右される、と言われてい<br>ます。積極的に行動しチャンスをつかむための心構えをお伝えします。<br>★ZOOMを使用します。WEBカメラによる通信可能な端末と環境が<br>必要です。ZOOM未経験の方はアプリをダウンロードし、お伝えする<br>ミーティングID等を入力し参加できます。スマホでも大丈夫です。<br>★当日の入室は10分前から可能です。 | 定員10名 |

## 【セミナー受講にあたってのお願い】

- ★雇用保険受給者の方はすべての講座が活動実績になります。受講証明書をお渡ししています。
- ★当セミナーでは「飛沫防止パネル」「消毒」「換気」など感染症対策を実施します。
- ★すべての講座が**お子様と一緒に受講**できます。予約時にお申し出ください。
- ★ハローワークに求職登録がない方は、あらかじめオンラインで登録を済ませることが可能です。  
過去に登録している方は登録有無の確認をしますのでお問合せください。
- ★セミナー等の最新情報はLINEでもお伝えしています。  
公式アカウントよりお友達登録をお願いします。

## 【お問い合わせ・お申込み】

お電話・ご来所にて、マザーズハローワーク相模原へ

相模原市南区相模大野 3-11-7 B&Vビル 6F

☎ 042-862-0042

月～金 9:30～18:00(土日祝日を除く)

オンラインでの  
求職登録はこちら



マザーズハローワーク  
相模原  
LINE公式アカウント



相模大野駅  
至小田原・江の島  
至町田