

マザーズコーナーだより

2025・8・1(金)

NO.137

ハローワーク 高知
マザーズコーナー
TEL. 088
878-5326

8月だよ! 夏真盛り~!! お子さんたちも夏休みで、にぎやかな毎日を過ごしていることでしょうね。暑さも厳しいので体調に気をつけながら、健康第一! で夏を乗り切りましょう! ☆三

マザーズ界隈

子どもたちが保育施設や学校にも慣れてきて、夏休み明けの9月から仕事を始めよう! というママたちも多いです。

- 土日祝は休みたい
- 16時、17時には終わりたい
- 子の送迎があるので家から近い所
- 無料駐車場がある会社
- 子どもの病気等で急な休みに対応してくれる所

ママたちの本音!

等、子育て中には譲れない条件がありますよね。

逆に「これらの条件を優先するので職種はこだわりません。自分に合った仕事であれば...」という声も聞かれますが、**自分に合った仕事ってどんな仕事!?**

自分に合ったとは自分に合った働き方や職種のことだと思いますが、まずは**自己分析や企業の研究・情報収集**することが大切です。

自己分析ってどうやってするの??

まずは**職歴を振り返って時系列に書き出してみ**てください。あわせて**頑張った経験や頑張った理由**を思い出してみるといいですね。こんな環境だと頑張れるとかモチベーションが上がるとか。

次に**転職、退職した理由を振り返ってみ**ましょう。どうして転職を考えたのか、何が不満だったのか? これは面接でも必ず聞かれます。

そして

持っている能力や長所・強み、仕事のどこに価値を感じるか、やりたいかやりたくないか、好きか嫌いかなど考えてみるのもいいと思います。適性って持って生まれた部分もありますから子どもの頃になりたかったものも自分に合っているのだと思います。

企業研究、何を調べるの?

企業のホームページがあれば雰囲気等つかえますね。会社の取組みや理念等も確認し、自身の経験を活かせるか等イメージしてみてください。また業界内での違いを他社と比較してみてください。自分のキャラクターに合う部分を探すことで**志望動機**のヒントが見つかることもあります!

7/15(火) 個別相談会を開催しました!

高知県最大の医薬品総合卸業、中澤氏家薬業さんがハローワークに来てくれました。求人票を見ただけではなかなかイメージがわからなかったり、一歩が踏み出せなかったりしますよね。個別相談会に参加すると会社のことや業務内容を具体的に知ることができると不安なく応募できると思います。

今回も参加希望の方が多く、予定時間を延長して対応していただきました。

お互いに良い結果となりますように。^^

8/5(火)は高南メディカルさん(調理)、8/9(火)には高知銀行さんの個別相談会を予定しています。

気になる方はマザーズコーナーまでお問い合わせください。



在職中で小学校1~3年生のお子さんがいらっしゃる保護者のみなさん!

土曜日、お子さんの預け先に困っていませんか?

ファミリーサポートセンターという子育て中の家庭を支援する有償ボランティア組織があります。高知市では利用料金の補助もあります。マザーズコーナーにリーフレットを置いてあります。窓口でお声がけください。



夏バテ知らず?

∞で元気100倍!

うなぎにんにく、山芋とろろ
オクラに納豆ねばねば食材!
がっつり焼肉、枝豆、ビール♡♡

ひゃ~最高!

でも一番の元気の素は
大好きな人(息子やめ娘)の
笑顔です~(笑)

by. にゃんこM



体にやさしい、カンタンにできる
だけの万能酢! お肉もやわらかくしてくれたり、サッパリ食べれるので夏でも食欲モリモリ!
飲むお酢も Good!



by. お酢!
おしゅっ!
ありがたいっす!

軽い運動(ウォーキングなど)の後、牛乳を飲んで暑さに負けない体作りをしましょう! 牛乳の他にもおヨーグルトやプロテインもおすすめです

by. モー~最高!



カレーって旬の具材を入れて合わない物ってありませんか? 夏はやっぱりササとオクラ! 私他にくちゃくちゃと握りつぶした木綿豆腐を入れるのが好きです。



by. 夏野菜たっぷりカレーで元気100倍!
甘さは1倍! ^^