マザーズコーナーだより

2021・4・1（木）　NO.85

ハローワーク高知
マザーズコーナー
TEL. 088
878－5326

令和3年度のスタート!! 4月からも変わりなく、マザーズメンバー4名で、皆さんの再就職のお手伝いをさせていただきます。よろしくお願い致します。

R3年度 NEW コーナー With♥マザーズ①

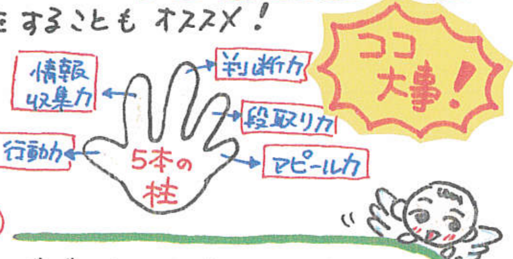
一緒にがんばりましょう!

お子さんの入園、入学おめでとうございます。親子共に新しい生活が始まります。環境や季節の変化で体調も崩しやすくなります。心身共に健康で過ごしましょう。

4月は、お子さんのならし保育や学校からの帰宅時間も早かったり、なかなか就活に全集中するのは難しい💧ですよね💧
忙しい毎日だからこそ! 時間を上手に使って、自分時間を確保していきたいですね。

先輩ママ 就活・時短のコツ アドバイス!

- 毎日時間を決めて、"ハローワーク インターネットサービス"で求人検索! ↳ 1日3回ハミガキ時間という方もいます!
  ☑ 新着（当日、前日）をチェックするから効率的!
- 求人番号、事業所名をチェックして、気になる求人は、すぐ、窓口で相談! 時間がたつと取り消しになっていることも…💧 いつでも応募できるように履歴書等の準備もバッチリ!
- 子どもが保育園、学校に行っている時間帯に動く! 応募したい（する）事業所の場所の下見や距離・時間の把握等をすることもオススメ!



3/8、マザーズコーナーに2代目、いや2本目としてやって来た✧チャンスの木✧です! 初代の意志を引き継ぎ、皆さんのお役に立てるよう"求人情報"を提供していきます!
🇯🇵〃応援するき（木）by. マザーズチャンスの木

自分に合った働き方を再確認してみよう

ケース①　保育施設への入所は決まったけど、子どもの迎えが早いから午前中だけの勤務が良い。でも、場合によっては自分の方が先に家を出ないといけないことがあるかも…💧

ケース②　小学校に入学したけど、児童クラブの申し込みをしていない。最初は下校が早いし、今後も下校時間がバラバラ… 夏休み等の長期休みも困るなあ～💧💧

ですよねー!

それぞれの年齢、学年等で悩みも変化すると思います。保育園の時は、フルタイムで保育園に預けることができたけど、小学生になるとそうはいかなくなりますよね。先日はお子さんが高校生になるからお弁当を作らないといけなくなる—💧というママもいらっしゃいました。

それぞれのステージで生活リズムも変わるため、自分に合った働き方や今後のプランを再確認してみましょう。

マザーズセミナー

3/26（金）のマザーズコーナー再就職支援セミナーは、"初企画""育児・介護休業法や労働基準法、ハラスメントに関する内容のセミナーを行いました。
講師は、高知労働局、雇用環境・均等室室長補佐 西田氏、同室 石井氏のお二人でした。石井氏からは育児・介護休業法の中の育児休業に関する内容の話を伺い、西田氏からは労働基準法の基礎知識とハラスメントに関するお話でした。
内容や様子、受講者の感想は次号で詳しくお伝えしますね。＜ 乞 期～〃 につづく ＞

名湯めぐり! といっても、このご時世、名地の名湯めぐりはできず…自宅で名湯めぐりです。別府、湯布院、黒川、道後…今は西日本湯巡り中です。
いい湯だなあ～♫

塩田

シュン
旬です!

私の旬は—
半身浴をしながら、タブレットでNet xxxx を観ること! 某100均で購入の防水ケース（100円じゃなく300円でしたけど…）のおかげで、充実の入浴タイムを満喫中♪

土居

瞬シュンです!
前回なわとびネタを書きましたが、子どものお古でボロボロ それが! 情報収集力バッグン マザーズメンバーから誕生日に"瞬足なわとび"をいただき、大喜び 感謝♥サンキュン♥〃です! ♥♥
シュンシュン ビュンビュン音がして、軽く跳んでいる感UP↗ ホントは鈍足です💧
時短運動できるので、愛用してまーす!

平松

最近、運動不足解消のため、ウォーキングをはじめました! まずは型から入る私! やる気のでるウェアを買って、ムリしない程度に頑張っています。

三好