



マザーズコーナーだより

2021.9.1(水) No.90



ハロ-ワ-7高知
マザーズコーナー
Tel. 089
878-5326

今年の夏もコロナの影響で、どこにも出かけることができない。さみしい夏になりましたが... マザーズコーナーは、マスコット看板(?) "ドラちゃん"が、お祭り仕様になったり、来所の子どもたちや私たちを和ませてくれました。"う"さあ! 9月! 秋仕様に衣替えー!! 0000の秋! 99=



~1日延ばしは時の達人である~

by. 上田 敏 (明治時代の翻訳家等)

今日やるべきことを、"あ、明日でいいか~" "あさでいいか" とついつい、先延ばしにしてしまう... のことありませんか? 本当に忙しい! という日はあるにしても、^{>< あらあ}締め切りの日がある場合、"間に合わない~" "できそうにない~" と気持ちがあせりますね。"明日こそ!" と思っても、明日は明日で用事が入ったり、お子さんや自分の体調が悪くなってしまったり~ というハプニングもあるある! です。

◆ 就活や仕事だけでなく、家事や育児をするうえでも、

- ◎ 計画的に進めるためにはどうするの?
 - ◎ 優先順位は?
 - ◎ できなかった原因は?
- ↳ 次にどう活かしていくか!

自分自身をふり返り
段取り力
を身につけましょう!

一日も早く就職したい!) みみさんへ
期限内に就職したい!

毎日、自宅で求人検索をして情報GET!

できる時間、
やる時間を作って
実りの秋に!!

履歴書・職務経歴書の準備!



準備OK!

- ・実際に下書きしたものを持ってきてセミナーに参加する予習!
 - ・受講後、直に仕上げる復習!
- も大事なポイント! です。"う"

<お知らせ>

コロナの感染者が急激に増えていますね。感染状況により、高知県等が開催する再就職イベント等が中止となっており、ハロ-ワ-7のセミナーについても先の状況がわかりません。その後、困らないように計画的に活動しましょう!

T.T マザーズ夏の終わりに... 川柳2021

- ◎ オンライン手相占い 買いました! by. LP鑑定ゲッター 土居
 - ◎ 肌寒い 朝方布団をガサゴソと by. 腹巻き必須 三好
 - ◎ 種まいた ピーマンがなり 笑顔なり by. 今マナーに挑戦中 中松
 - ◎ ああ嫌だ! このまま秋は ああ嫌だ! by. もの足りない 塩田
- あきらめ2... 00

ちょっと 気になる話

扶養家族数

ハロ-ワ-7への求職登録や履歴書に記載する扶養家族に子どもの数を書くの? と迷う部分ですよ。



「必ず」ではなく「一般的」には、自分の収入で養っている(扶養に入る予定)家族の人数を記載します。

子どもは配偶者の扶養に就いている場合は「扶養家族0」と記載します。

知っ得話

労働法

ワンポイント

- Q. 「不景気だから」と急に給料を下げられた... こんなのあり??
- A. 会社と労働者で交わした労働契約を労働者の同意なく不利益に変更することは原則としてできません。☒
- * 下げられた給料を黙って受け取ると「給料を下げている」という同意があったとされてしまうことがあるので要注意!!

マザーズもツボる!

お疲れでは
ありませんか?
ちょっと
リラックスタイム

体に効くツボ 疲労に効く手のツボ

夏の疲れ、ストレスによるイライラなど、精神的な疲労にも効果あり!?

親指以外を交互に組み、反対の親指を当て、3~5秒押し離す!
(3~5分間)



手の平の中央。握りこぶしをつくった時、中指と薬指が当たる中間。