

# 子育て世代向け 女性のための再就職支援セミナー

## ★今できること& 準備することは何？

子どもの成長をイメージしながら、  
自分のキャリアについて考えましょう

## ★応募書類の作り方

履歴書と職務経歴書の作成ポイントを確認しましょう

日 時：令和 8年 1月16日(金)

13時30分～15時

場 所：ハローワーク上田 2階 会議室

持ち物：筆記用具 はさみ のり

- ・自分の年齢と子どもの年齢を「見える化」することでこれからのイメージが持てて良かった。
- ・履歴書は、いままでなんとなく記入していたけれど具体的な記入方法がわかってよかった。
- ・職務経歴書を書いた事がなかったので書き方がわかって良かった。
- ・他の受講者とお話できる機会があったことで失業中の不安な気持ちを前向きに変える事ができた。

(受講者アンケートより)

雇用保険受給中の方は求職活動として認定されます。

お問い合わせ & 申し込み  
ハローワーク上田 マザーズコーナー  
Tel: 0268-23-8609 (41#)

