

託児  
あり

子育てしながら働きたい方のための  
『ビジネスマナー&メイクアップセミナー』  
『パソコン講習』

ハローワーク  
マザーズマーク



現在子育て中の方で、再就職を目指している方を対象とした、託児付きセミナーです。  
「面接時に好感をもたれる服装・メイクアップ」や「基本的なビジネスマナー」をはじめ、「就職活動に必要なパソコン(ワード・エクセル)の基本操作の習得」など、専門家による講義や実技指導を受けることにより、自信を持って就職活動に臨んでいただく事を目的としています。

1. 日時 令和7年 3月 10日(月) ~ 14日(金) (5日間)

●マナー&メイク

3月 10日

13時00分~16時00分

(受付:12時45分~)

●パソコン講習

3月 11日

13時15分~16時00分

(受付:13時~)

3月 12~14日

10時15分~16時00分

(受付:10時~)

※昼休憩 12時~13時15分

<パソコン講習>  
16時15分まで  
補習利用可能

2. 会場 調布市市民プラザ あくろす 3階 (同階に保育室あり)

マナー&メイク/パソコン : 研修室3

住所: 調布市国領町2-5-15 (京王線国領駅下車 北口徒歩2分)

3. 定員 10名 先着順 定員に達し次第締め切り

(託児\*の定員 5名) ※受講開始時点において満1歳から未就学児まで

4. 申込 別紙の申込書に必要事項を記入し、ご本人が窓口にてお申込ください

① 確認事項がある為、代理人等のお申込は出来ません

② 託児利用の方は、申込書の「託児」欄をご記入ください

※全日程(フォローアップ除く)託児利用必須

③ 募集開始初日(2/17)は、国領マザーズ利用登録済の方優先となります

④ 前日までにハローワーク及びマザーズ登録を済ませてください

募集開始

2月 17日(月) 9時~ (先着順)

受付: 調布国領しごと情報広場

マザーズコーナー 窓口

## 6. 講習内容

PC

### マナー&メイク

#### ●好印象を持たれる写真

証明写真を撮る際のコツやテクニックを伝授

#### ●メイクアップレッスン

人事担当者が好感を持つメイクアップやヘアスタイルの作り方を伝授

#### ●ファッションチェック&ビジネスマナー講座

面接時はもちろん、仕事を始めてからも役に立つマナーを伝授

#### ●Windows基本操作

#### ●Wordの基礎

文書作成・編集、データ保存・印刷など

#### ●Excelの基礎

表作成・編集、表計算など

#### ●インターネット(メールの基礎)

#### ●ビジネス文章作成

#### ●職務経歴書作成

講習終了後、おおむね2週間以内に、マザーズコーナーにて20分程度の職業相談(フォローアップ相談)を受けていただきます  
(講習期間中に、日程調整いたします)

## 5. 対象

### 次のいずれにも当てはまる方

- ① ハローワークのマザーズコーナー登録者(受付当日の登録不可)で、早期(3か月以内)の就職を目指している方
- ② 全日程(講習5日間+フォローアップ相談約20分)に参加出来る方

## 7. 注意事項

- お子様連れで参加される方は、全日程の託児利用が必須条件となります。利用の場合は、受講申込書に必ず託児利用の旨をご記入ください。申込受付後の利用変更、お子様同席での受講はできません
- 過去に他のハローワークを含め、同様の講習に参加したことのある方は、受講対象外となります
- 発熱や風邪の症状など、体調不良の場合は、お早めにご連絡ください
- 雇用保険の求職活動実績となります

### ●問い合わせ●

ハローワーク府中

「調布国領しごと情報広場 マザーズコーナー」

〒182-0022 調布市国領町2-5-15 コクティール2階

電話:042-480-8161 (月~金 9時~17時)

SNS

セミナー、  
就活のお役立ち情報

「LINE」  
発信しています

お友達登録  
おねがいします

