

# 女性のための

中央区立男女平等センター★ブーケ21

## 再就職支援講座・相談

講座・相談は無料！託児もあります

- 生後3か月～未就学のお子さん
- 申込期限は、講座の1週間前の17時まで(定員あり)

申し込み受付中！

- 裏面が申込書となっています。
- QRコードでスマホやパソコンから電子申請もできます



9月開講

	●日時 ●定員 ●会場	講座の内容 (A講座かB講座のどちらか1つでもOK)
1	● 9月29日(金) 午前10時～午後3時 ● 20人 ● ハイテクセンター	<b>パソコンスキルWord 初級 I (AM)</b> 講師: 日浦敬子 <b>パソコンスキルWord 初級 II (PM)</b> ビジネス文書の基本と職務経歴書の作成方法
2	● 10月6日(金) A: 午前9時30分～10時55分 B: 午前11時5分～12時30分 ● 30人 ● 男女平等センター	<b>A: 今、必要とされるPCスキルを身につける</b> 事務職はもちろん、すべての職種に共通する基本のPCスキル <b>B: 一般事務職で再就職するには</b> 一般事務職で再就職するとき求められるPCスキル、ビジネス常識 <b>キャリア相談(13時～)</b> ※男性も受けられます
3	● 10月13日(金) 午前10時～午後3時 ● 20人 ● ハイテクセンター	<b>パソコンスキルWord 中級 (AM)</b> 講師: 日浦敬子 <b>パソコンスキルExcel 中級 (PM)</b> Word⇒さまざまなビジネス文書の作成とレイアウトのスキル Excel⇒関数など表計算能力のレベルアップ

お申込み・お問合せは、  
中央区立男女平等センター  
☎ 03-5543-0651

パソコン講座の会場は、  
ハイテクセンターです。  
住所: 中央区八丁堀3-17-9  
京華スクエア内TEL 03-3551-3200  
「八丁堀駅」A3出口より徒歩1分



※中央区在住以外の方も受講できます

くりはら ともじよ

キャリア講座 講師 ● 栗原 知女



女性の働き方をテーマに執筆・講演・コンサルティングを行うジャーナリスト。国家資格キャリアコンサルタント、シニア産業カウンセラーとしても活躍。就職支援、キャリアアプラン作成、介護相談、人生相談全般に対応します！

キャリア講座・相談の会場は、  
中央区立男女平等センター  
「ブーケ21」3F研修室です。  
東京メトロ日比谷線・JR京葉線  
「八丁堀駅」A2, B2出口より徒歩3分  
住所: 中央区湊1-1-1

## ＜受講申込書＞

参加希望の科目に○印をつけ(複数可)、下記にご記入のうえFAX送信してください

＜キャリア講座＞			＜パソコン講座＞		
日時	科目(略称)	○印	日時	科目(略称)	○印
10月6日(金) A	今、必要とされるPCスキル	<input type="checkbox"/>	9月29日(金)	Word初級 I・II	<input type="checkbox"/>
10月6日(金) B	一般事務職で再就職	<input type="checkbox"/>	10月13日(金)	Word中級/Excel中級	<input type="checkbox"/>
<p>◆会場は中央区立男女平等センター3階研修室</p> <p>◆定員は、30名(先着順)</p> <p>◆受講・託児ともに無料</p>			<p>◆会場は中央区立ハイテクセンター</p> <p>住所: 中央区八丁堀3-17-9京華スクエア2階</p> <p>◆定員は、20名(先着順) ◆受講・託児ともに無料</p> <p>◆開催時間には昼休み(12時～13時)が含まれます。各自、昼食をご持参いただくか、近隣の飲食店をご利用ください。施設内に食堂はありません。託児の方はお子様とご自身の昼食をご持参ください。</p> <p>◆内容は、パソコンの基本的操作(電源のオンオフ、ローマ字入力、メールの送受信等)のできる方を対象としています。</p>		
<p>キャリア講座・PC講座ともにお申込みはFAXで</p> <p><b>FAX専用: 03-5543-0652</b></p> <p>お問合せは ☎ <b>03-5543-0651</b></p>					



氏名(ふりがな)	年齢	電話番号
お子さんの名前(ふりがな) / 年齢		託児希望がある場合は、左の欄にもご記入ください。
歳      力月		
住所 〒		

## キャリア相談も無料で実施しています

お申込みはお電話で! ☎ 03-5543-0651

日時	定員
10月6日(金)	A: 午後1時 B: 午後1時30分 各2人 Aは託児優先

※キャリア相談は、キャリア講座終了後に開催します。  
 ※託児をご希望の方は、ご指定の相談日の1週間前の午後5時までにお申し込みください。  
 ●相談時間は30分です ●個室でゆったり行います ●相談の秘密を守ります ●国家資格をもつキャリアコンサルタントが対応します ●相談員は女性です ●履歴書の添削も行います ●何回でもご利用いただけます ●託児のない方は、当日のお申込みも可能です



- 仕事と家庭の両立ができるかな?
- 年齢のハンディが気になる
- 保育園探しはどうしよう?
- ブラック企業には入りたくない!
- 職務経歴書の書き方が分からない
- どうしたら面接に受かるの?

相談すれば  
スッキリ  
解決!



キャリア相談では、就職や人生設計に関することなど、なんでもご相談ください。前向きに生きるヒント、目からウロコが落ちる感動体験、「なんだそうだったのか!」という驚きの発見があるかもしれませんよ! ご予約をお待ちしています。



キャリア講座、パソコン講座、キャリア相談ともに中央区ホームページの電子申請からお申込みできます。

