

# 再就職支援講座・相談

講座・相談は無料！託児もあきます

- 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
- 二次元コードでスマホやパソコンから電子申請もできます



6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	<p>● 6月7日(金)</p> <p>A:午前9時30分～10時55分 B:午前11時5分～12時30分</p> <p>●30人 ●男女平等センター</p>	<p><b>A:就職できるスキルと資格を身に着けよう</b> 求人ニーズの高いもの、自分がずっとやりたかったもの、両方とも大切です！</p> <p><b>B: コミュニケーションスキルが採用の決め手だ</b> ストレスなく人間関係をスムーズにする「伝え方」「聴き方」「書き方」を学ぶ</p> <p><b>キャリア相談</b>(13時～)※男性も受けられます</p>
2	<p>● 6月14日(金)</p> <p>午前10時～午後3時</p> <p>●20人 ●ハイテクセンター</p>	<p><b>パソコンスキルExcel 初級 I (AM)</b> 講師:日浦敬子</p> <p><b>パソコンスキルExcel 初級 II (PM)</b></p> <p>ビジネス文書の基本と職務経歴書の作成方法</p>
3	<p>● 7月5日(金)</p> <p>A:午前9時30分～10時55分 B:午前11時5分～12時30分</p> <p>●30人 ●男女平等センター</p>	<p><b>A:自分と家族を守るために知っておきたい年金・保険・労働法</b> 人生100年時代を賢くたくましく生きていくための基本情報を知る</p> <p><b>B: 親と自分の老後に備える暮らし方と働き方</b> 介護と仕事、自分らしい暮らし方をバランスよく保ち、幸せに生きていくために</p> <p><b>キャリア相談</b>(13時～)※男性も受けられます</p>

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

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

