

# ワーク・ライフ・バランスセミナー & 個別相談会

仕事も私生活も自分らしく両立させるためのセミナーと相談会を開催します。新しい一歩を踏み出してみませんか。

## セミナー

6/25  
(木)

第1回  
10:00~12:00

託児あり

### 【就活応援】 再就職への準備セミナー

企業研究や自己分析の仕方、履歴書・職務経歴書の書き方など、求職活動の進め方を紹介します。

高井 忠正 氏

ハローワーク岐阜統括職業指導官

6/27  
(土)

第2回  
10:00~12:00

### 【ミドルシニア向け】 これからの働き方 & 知っておきたい制度の話

子育てがひと段落した方、定年退職を控える方など、これからの働き方について、知っておくと役立つ制度を学んで考えてみましょう。



下野 ななや 氏

社会保険労務士  
オフィス・プリユス・アン代表

7/4  
(土)

第3回  
10:00~12:00

託児あり

### 【子育て世代向け】 子育て×仕事の両立セミナー ～子育て中の働き方が分かる～

仕事と子育てをうまく両立させるために自分らしい「仕事×子育て」プランを考えてみましょう。



白川 ユウ 氏

キャリアコンサルタント  
両立支援コーディネーター

## 個別相談会

12:30~14:30 (1人30分・各回4人まで)

回	日程	講師	内容
① ② ④	6/25(木) 6/26(金) 6/29(月)	市地域職業相談専門官 市岡 雄志	再就職への準備等 企業研究や自己分析の仕方、 履歴書の書き方など
③	6/27(土)	下野 ななや 氏	ミドルシニア世代の働き方 子育て後や定年後の働き方など
⑤	7/4(土)	白川 ユウ 氏	子育て世代の働き方 仕事と子育ての両立など

参加無料  
申込必要

お気軽に  
ご参加  
ください!



**対象** 子育てと仕事の両立や再就職をお考えの方など、どなたでも大歓迎

**場所** 各務原市産業文化センター4階(各務原市那加桜町2丁目186)

**定員** 各回20人程度 ※市内在住・在勤の方優先

**申込** 6月1日(月)より随時受付(申込順)

※右記、申込専用フォーム(読取コード)またはいきいき楽習課へ電話、FAX(裏面)にてお申し込みください。  
※各回の1週間前まで受付します。



**問合せ** いきいき楽習課

TEL: 058-383-1210

※雇用保険受給者の方は、セミナー第1回に限り、求職活動実績になります。  
※セミナー第1・3回と個別相談会①・④・⑤は託児あり(事前申込・未就学児まで)  
※個別相談会はお子様同伴でも相談できます。  
※申込者数が5人未満のセミナーは、開催しませんのでご了承ください。

## ワーク・ライフ・バランス セミナー&個別相談会 参加申込書

### ◇参加される方

ふりがな	ご年代	電話番号
お名前	代	
メールアドレス		

### 【託児をお申し込みの方】 ※セミナー第1回・第3回と個別相談会①・④・⑤のみ

お子さまのお名前	年齢(月齢)	性別
		男の子 ・ 女の子

※セミナーの参加をご希望の回に○をつけてください。

	第1回 6/25(木)	【就活応援】 再就職への準備セミナー
	第2回 6/27(土)	【ミドルシニア向け】 これからの働き方&知っておきたい制度の話
	第3回 7/4(土)	【子育て世代向け】 子育て×仕事の両立セミナー～子育て中の働き方が分かる～

※個別相談会の参加をご希望の回に○をつけてください。

①6/25(木)	②6/26(金)	③6/27(土)	④6/29(月)	⑤7/4(土)

### 【周辺MAP & 駐車場案内】

※周辺の公共駐車場をご利用ください。(右側地図P印)

- P1 各務原市役所本庁舎駐車場…………… 有料(160台)
- P2 産業文化センター駐車場…………… 有料(36台)
- P3 総合福祉会館駐車場…………… 有料(38台)
- P4 学びの森駐車場…………… 有料(153台)
- P5 市民公園駐車場…………… 有料(340台)
- P6 市民公園北駐車場…………… 有料(168台)
- P7 図書館前駐車場…………… 有料(57台)
- P8 市民公園通り駐車場…………… 有料(22台)



P1～P3 24時間営業  
30分/100円 料金上限なし  
※庁舎内の認証機に通すと  
3時間無料

P4～P8 24時間営業  
3時間無料 3時間以降100円/h  
24時間まで600円