

色々な  
世代の  
女性のための

# IDCおしごとCafe

自分らしい働き方について、ゆっくり考えてみませんか？ 育児中の方、復職予定の方、働いたことがない方、どなたでも参加できます。1回の受講でも大丈夫です。興味のある回にご参加ください。

★いずれの回の受講も雇用保険受給の求職活動実績になります。

1

## 私のキャリアのたな卸しをしよう！

9月9日（火）13:30～15:30

これまで働いてきた道のりや仕事上の経験やスキルを整理して振り返り、これからの働く自分をイメージしてみましょ。



講師 中村咲耶

（キャリアカウンセラー、公認心理師）

カウンセラーとして、大学などの教育業界でキャリア支援やカウンセリングを担当してきた。現在は女性や高校生、教育者のカウンセリングなどを行っている。

2

## インターネットを活用して柔軟に働く ～フリーランス、在宅ワーク、プチ起業など～

9月16日（火）13:30～15:30

今の事情や環境、自分のペース、ライフスタイルなどに合わせた働き方の情報やヒントを得て、柔軟に働くことへの第一歩につなげます。



講師 霜田準子

（キャリアコンサルタント、産業カウンセラー）

大学卒業後IT企業勤務。夫の転勤で引っ越しを重ねながら、図書館司書・在宅ワークでキャリア構築。絵本読み聞かせで女性たちから悩みを聴いた経験から産業カウンセラー・キャリアコンサルタント資格取得。男女共同参画センターで女性情報アドバイザーとして勤務。実体験に基づいた在宅ワーク・クラウドソーシング講座を7年間担当。

3

## ミドル・シニア女性のための キャリアデザイン

9月26日（金）10:00～12:00

自身の様々な経験を活かして、これからの働き方、自分らしいキャリア、楽しく生きていくために必要なお金としごとについて一緒に考えましょ。



講師 植田香代子

（ファイナンシャルプランナー、キャリアコンサルタント）

大学卒業後、中堅商社、設計事務所等に勤務。在職中に、ファイナンシャルプランナーの資格を取得後、フリーに転身。さらにキャリアコンサルタント、産業カウンセラーの資格を取る。現在は複数の大学にて非常勤講師として勤務するほか、離婚のためのお金の相談員、一般向けセミナーを行っている。

4

## わたしと仕事

～リスクリಂಗのはじめ方～

9月29日（月）10:00～12:00

ハローワークプラザ千里  
マザーズコーナー担当  
就職支援ナビゲーター



手軽にできる自己分析ツールを使って、気になる仕事を調べてみましょ。ハローワークの職業訓練制度など、スキルアップや学びなおしについても一緒に考えます。

7月26日（土）から  
二次元バーコードより  
お申込みください。



- ・場所 池田市ダイバーシティセンター
- ・対象 女性
- ・定員 15名（先着順）

一時保育あり（5人まで、9月2日までに要申込）

