

苫小牧市
主催

苫小牧市の働きたい
女性を応援！

復職への第一歩

参加無料

託児
付き

給付金
付き



子育てママ復職支援 スキルアップ研修

こんなお悩みありませんか？

- ✔ ブランクがあるけど大丈夫？
- ✔ 扶養範囲内で働ける仕事はあるかな？
- ✔ 仕事と家庭の両立ができるかな？

働きたい気持ちはあるのに不安が先走りなかなか就職に踏み切れない…。そんなお仕事に関する不安を解消するのが『子育てママ復職支援 スキルアップ研修』です。復職に向けて前向きな一歩を踏み出し、お仕事を始める前に働く感覚を掴み、自分らしい働き方を見つけてみませんか？

子育てママ復職支援
スキルアップ研修

3つの特徴

1 自分らしい仕事の仕方を学び、
職場体験できる

2 座学研修・職場体験
どちらも **給付金付き**

3 無料託児付きなので
子育て中でも気軽に
参加できる



対象 苫小牧市にお住まいの子育て中の女性

定員 21名 **面談日** 適宜対応

座学研修 8/30(水)～9/28(木)の期間で10日間
9:30～15:30 (1時間休憩) 1日5時間

◆場所：アイビー・プラザ
(苫小牧市文化交流センター)
苫小牧市本町1丁目6番1号

◆駐車場：67台
(障がい者駐車場3台を含む)



MAP

職場体験 9月から随時体験可能
1～10日間程度 1日5時間程度 ※応相談

給付金 日額上限 5,000円
1時間あたり1,000円(交通費込み)
座学研修受講・職場体験時間に応じて支給いたします。

損害保険 職場体験中 損害保険加入あり

研修スケジュール

面談

- ▼ これまでのキャリアをヒアリングし、面談後に研修の参加が決定します。



座学研修

- ▼ ビジネスマナーやコミュニケーションスキルなど、復職に必要な基礎知識を学びます。



職場体験

- ▼ 職場体験をとおして自分に合うお仕事を探します。職場体験期間であれば複数の職種を体験できます。



職場体験企業と合意に至れば
就職が決定いたします。

参加者の声



たくさん書き込んだテキストが今後も私のことを支えてくれるお守りになると思います。



支援員や講師に出会い、自分の世界観が広がった事で心境の変化があり、子どもに対しても良い関わりができるようになりました。

お仕事を始める前に不安を解消し働く感覚を掴み、安心して復職するための研修内容です。

研修内容紹介

【場所】アイビープラザ（苫小牧市文化交流センター）苫小牧市本町1丁目6番1号

日程	会場	内容	講師
8/30(水)	2階講習室	キャリアプラン／得意と強みを発見	降幡 美冬
9/4(月)	2階講習室	業界研究と労働市場／自己分析と適職発見／キャリアチェンジ	降幡 美冬
9/8(金)	2階講習室	履歴書・職務経歴書の書き方と面接模擬	降幡 美冬
9/11(月)	2階講習室	ブランク克服のコツ／タイムマネジメント	本村 規子
9/13(水)	2階学習室1	整理できる思考の作り方と活用、模擬	廣澤 克美
9/15(金)	2階講習室	メイクとファッション／アンガーマネジメント	野村 理恵・岡本 真なみ
9/20(水)	2階講習室	コミュニケーション	本村 規子
9/22(金)	2階講習室	ビジネスマナーと文書	本村 規子
9/25(月)	2階講習室	マネーライフプラン／目標設定	稲村 優貴子・降幡 美冬
9/28(木)	2階学習室1	扶養の範囲と社会保障制度	蜂谷 知恵

講師紹介

降幡 美冬

一般社団法人
北海道ワークスタイルクリエイト
●国家資格キャリアコンサルタント
●マインドフルネススペシャリスト
(JADP)



本村 規子

一般社団法人
北海道ワークスタイルクリエイト
●国家資格2級
キャリアコンサルティング技能士
●産業カウンセラー



廣澤 克美

一般社団法人
北海道ワークスタイルクリエイト
●心理カウンセラー
●省エネエキスパート



野村 理恵

ベストスタイル提案サロン modyle 代表
●日本顔タイプ診断協会認定
顔タイプアドバイザー1級認定講師
●日本パーソナルカラー協会認定
JPCA認定講師



岡本 真なみ

一般社団法人
北海道ワークスタイルクリエイト
●日本マナー・プロトコル協会
認定講師
●アンガーマネジメントコンサルタント



稲村 優貴子

一般社団法人
北海道ワークスタイルクリエイト
●ファイナンシャルプランナー
(CFP®)



蜂谷 知恵

一般社団法人
北海道ワークスタイルクリエイト
●国家資格キャリアコンサルタント
●産業カウンセラー



お申し込み 方法

メール・WEB・電話・FAXでの
お申し込みができます。

①～⑦をご記載または電話でお知らせください。

- | | |
|--------------------------|--|
| ①「子育てママ復職支援
スキルアップ研修」 | ⑤日中連絡可能なお電話番号 |
| ②面談希望日時 | ⑥メールアドレス |
| ③お名前(ふりがな) | ⑦託児を利用される場合：
お子様のお名前(ふりがな)
・年齢(月齢まで) |
| ④ご住所 | |

MAIL

kyouiku@mammypro.jp

件名「子育てママ復職支援 スキルアップ研修申し込み」

WEB

[https://www.mamanavi.tv/
tomakomai-skillup-mama](https://www.mamanavi.tv/tomakomai-skillup-mama)

<https://mamanavi.tv/> ママナビ 検索

ママナビWebサイトからアクセスOK!

FAX

011-206-9750



二次元コードを読み取りお申し込みください。

番外編

説明会&座談会

給付金付き
研修の説明あり

託児付き

自己理解につながる
プチセミナーあり

対象 苫小牧市在住の女性(年齢不問)

定員 各日10名程度(オンライン参加可)

場所 市民活動センター 苫小牧市若草町3丁目3-8

日時
会場

7/21(金) 10:00～11:30 ▶4階講習室A
13:00～14:30 ▶4階講習室A

8/3(木) 10:00～11:30 ▶4階講習室A
13:00～14:30 ▶4階講習室B



Point

本事業に参加した女性の体験談を聞ける
チャンスです! 就職の不安解消につながります!

二次元コードを読み取りお申し込みください。



instagram
始めました!

アカウント名 【公式】苫小牧市なでしこ就職応援事業 @nadeshiko_tomakomai_official



お問い合わせ

011-206-9150 (受付時間/平日9:00～17:00) 苫小牧市なでしこ就職応援事業事務局(株式会社MammyPro内)