

苫小牧市
主催

苫小牧市の働きたい女性を応援!

復職・就職への第一歩!

参加・託児
無料

2つの給付金付き研修

働きたい気持ちはあるのに不安が先走りなかなか復職に踏み切れない…
実践的なITスキルを身に付けて自信を持って就職したい…
そんな悩みのある苫小牧市にお住まいの女性の
働き方を応援する2つの研修を開催します。

あなたはどっち?

実践型 ITスキルアップ研修

こんな方におすすめ!

- ◆ ITスキルを身につけ幅広い分野で活躍したい
- ◆ 職場で活用できるITスキルを身につけたい

対象 苫小牧市にお住まいのITスキルを身につけ就職につなげたい女性

定員 12名 **面接日** 適宜対応

座学研修 9/4(水)~9/27(金)の期間で10日間
9:30~17:30(1時間休憩)1日7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
給付金: 1日1,000円(交通費込み)

職場体験 10月から随時体験可能
1~10日間程度1日7時間程度※応相談
給付金: 日額上限7,000円
1時間1,000円(交通費込み)

損害保証 職場体験中 損害保険加入

復職支援 スキルアップ研修

こんな方におすすめ!

- ◆ 自信をもって復職したい
- ◆ 仕事と家庭の両立をして働きたい

対象 苫小牧市にお住まいの女性

定員 18名 **面接日** 適宜対応

座学研修 9/3(火)~9/30(月)の期間で8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
給付金: 1日1,000円(交通費込み)

職場体験 10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1,000円(交通費込み)

損害保証 職場体験中 損害保険加入

実践型ITスキルアップ研修

実践的なITスキルが身につくカリキュラムです。

日程	会場	内容	講師
9/4(水)	学習室1	インターネット活用法・マーケティング ウェブサイト制作の基礎知識/ウェブサイトの企画と情報設計/デザインの基本	阿部 夕子 小坂 香央里
9/6(金)	学習室1	Photoshopの基本操作/Photoshopの基本操作レタッチ編	小坂 香央里
9/10(火)	学習室1	デザインの演習	小坂 香央里
9/11(水)	学習室1	HTML&CSS(基礎)	小坂 香央里
9/13(金)	学習室1	HTML&CSSの演習/HTML&CSS(レスポンシブデザイン)	小坂 香央里
9/17(火)	学習室1	HTML&CSS(レスポンシブデザイン)の演習/ウェブページの公開 アクセス解析/SEO対策	小坂 香央里
9/18(水)	学習室1	CMSとワードプレス/ワードプレス	小坂 香央里
9/24(火)	学習室3	ライティングの基礎/ライティング演習課題	星 桃子
9/25(水)	学習室1	サイト更新/セキュリティ対策	阿部 夕子 小坂 香央里
9/27(金)	学習室1	SNS活用法/タグ活用、記事、ストーリーズ投稿/復習・まとめ	小坂 香央里

復職支援スキルアップ研修

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カリキュラムです。

日程	会場	内容	講師
9/3(火)	講習室A	これまでとこれからのキャリア/得意と強みを発見/自己PRを書いてみよう	降幡 美冬
9/6(金)	講習室A	ブランク克服のコツと両立のポイント/タイムマネジメント	本村 規子
9/9(月)	講習室A	マナー・ライフプラン	稲村 優貴子
9/13(金)	講習室A	ビジネスマナー/ビジネス文書の書き方/アサーション	本村 規子
9/20(金)	学習室3	業界研究と労働市場/自己分析と適職発見/キャリアチェンジという考え方	降幡 美冬
9/25(水)	学習室4	レジリエンス/アンガーマネジメント	長谷川 ひとみ 岡本 真なみ
9/26(木)	学習室4	扶養の範囲と社会保障制度、労働法について 働く際の心構えと目標設定	定蛇 萌 降幡 美冬
9/30(月)	講習室A	履歴書、職務経歴書の書き方/履歴書作成/面接模擬	降幡 美冬

お問い合わせ・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いずれかの研修名 ④ご住所
②面談希望日時 ⑤日中連絡可能なお電話番号
③お名前(ふりがな) ⑥メールアドレス

①～⑥をご記載または電話でお知らせください。

MAIL kyouiku@mammypro.jp

件名「スキルアップ研修申し込み」

二次元コードを読み取り
お申し込みください。

WEB https://www.mamanavi.tv/news/tomakomai_nadeshiko2024_training_work-experience

マmanaナビWebサイトからアクセスOK! <https://mamanavi.tv/> マmanaナビ 検索

TEL 011-206-9150 (受付時間/平日9:00～17:00) FAX 011-206-9750



instagram 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](https://www.instagram.com/nadeshiko_tomakomai_official)

