

# 毎週水曜日は キャリ☆ナビDAY

## ◆◆ プチ講座&交流会 ◆◆

ナビゲーター キャリアカウンセラー 藤井しのぶ・酒井里佳



### 平成30年6月までのスケジュール

テーマ	内容	日(毎週水曜日)	時間
<b>あなたはどのタイプ？</b> ～生活シーンから考える適職診断～	仕事にはいろんな種類があります。自分のタイプを知ってお仕事の可能性を広げましょう。働いている方がキャリアを振り返り、今後のプランに役立てることもできます。	4月4日	午前の部 10～11時
		5月2日	午後の部 2～3時
		6月6日	
<b>わたしらしさって何？</b> ～なりたい自分をイメージしてみよう～	これから何か始めたい方。働きたい方、育休復帰をする方へ。自分と向き合い、少し先の未来をイメージして一步を踏み出しましょう。	4月11日	午前の部 10～11時
		5月9日	午後の部 2～3時
		6月13日	
<b>もう一度働こう</b> ～納得できる働き先の探し方～	数ある求人情報から自分が働く場所をどうやって選んでいけばよいのでしょうか。あとから後悔しないためのポイントを推理ゲーム感覚で学びます。	3月28日	午前の部 10～11時
		4月18日	午後の部 2～3時
		5月16日	
		6月20日	
<b>「ノー！」と言えるわたし</b> ～気持ちを大切に考える考え方～	「こうすべき」を基準にしてがまんし過ぎていませんか。物の見方、とらえ方を変えて気持ちをラクにしましょう。	4月25日	午前の部 10～11時
		5月23日	午後の部 2～3時
		6月27日	
<b>子育ても仕事も！</b> ～両立しながらどう働く？～	大変だけどどちらも大切な子育てと仕事。どんな風にバランスをとればよいのでしょうか。実例をふまえて考えてみましょう。	5月30日	午前の部 10～11時  午後の部 2～3時