

# 就労・子育てに関する講座

## キャリア☆ナビ 及び 相談

可児市  
中央児童センター  
にこっと

講座で、なりたい自分を見つけましょう

### ◆就労・子育てに関する講座（キャリア☆ナビ）

時間：10時00分～10時40分

10時50分～11時30分

前日13時までに要予約。各回2組限定。

（先着順）

自分のこと、これからの働き方など自分のことを後回しにしているませんか。再就職やお仕事継続、キャリアアップに向けた講座を通じて、なりたい自分をめざしましょう。お子様と一緒に受けられます。まずは気軽にお越しください。



### ◆就労・子育て相談

時間：11時40分～12時10分

12時20分～12時50分

前日13時までに要予約。各回1組限定。

（先着順）

講座（キャリア☆ナビ）を受講された後に、個別に相談を受けられます。仕事と子育ての両立、これからのキャリアについてなど相談してみませんか。



可児市	全て受講でも1つだけ受講でもOK!	
中央児童センター 「にこっと」 可児市下恵土一丁目 100番地 可児市子育て健康プラザ マーノ1階	9月13日（火）	あなたはどのタイプ？ ～生活シーンから考える適職診断～
	10月4日（火）	子育ても仕事も。そして私も。～無理をしない自分であるために～
	10月13日（木）	もう一度働くには ～こころの準備をしよう～
	10月20日（木）	断る人は誠実な人 ～気まずくならない断り方を身につけよう～

◎消毒、換気、人と人の距離の十分な確保など、新型コロナウイルス感染症拡大防止の対策を徹底しています。

◎新型コロナウイルス感染症拡大防止のため開催日、内容は変更する場合がありますので、開催市または岐阜県男女共同参画・女性の活躍支援センターまでお問合せください。

申込方法：市人づくり課へ電話 または右記申込フォームより申込  
お問い合わせ先：可児市役所 人づくり課 0574(62)1111 (内線 2114)

（講座の内容については

岐阜県男女共同参画・女性の活躍支援センター

058(214)6431



内容について詳しくは裏面へ

## ★講座（キャリア☆ナビ）内容

<p>あなたはどのタイプ？ ～生活シーンから考える適職診断～</p>	<p>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。</p>
<p>子育ても仕事も。そしてわたしも ～無理をしない自分であるために～</p>	<p>バランスのととり方や両立のコツなどについて事例を通して考え、仕事へ復帰するとき、ブランクからの仕事の不安を軽くしましょう。</p>
<p>もう一度働くには ～こころの準備をしよう～</p>	<p>再就職、育休中の方が仕事に復帰する時、何を大切に働くのかを知ると大変さを乗り越えられます。また、雇用する側の立場で考える事も学べます。</p>
<p>断る人は誠実な人 ～気まずくならない断り方を身につけよう～</p>	<p>人生に断ることはつきもの。「やりたくないのにやらなくてはならない」から、「やりたくないことはノーと言っていい」に変えてみませんか。</p>

