



# 本気で働きたい あなたのための ～ 再就職応援講座 ～

あなたのつよみは何ですか？

あなたの思い込んでいる弱みが、実は強みだったり...

あなたのつよみを探り出し、自分らしさを職務経歴書に活かして、いざ！再就職へ！

本気で働きたいあなたへ贈る あなたのための～再就職難関突破応援講座～です。

【全回】  
10時  
～15時

9月6日(火) 再就職に向けて ウォーミングアップ！ パソコン基礎講習 *パソコン講習は希望者のみ	9月8日(木) 自分のつよみ を 見つけよう！	9月9日(金) 自分のつよみ を 伝えよう！	9月13日(火) パソコン実習 職務経歴書をつくろう！
---	-------------------------------	------------------------------	-----------------------------------

## 講師

小澤 佳代子さん・・・有限会社 モアフレンズ代表取締役  
ワークライフバランスキャリア開発コンサルタント



大学時代のレコード店員に始まり、法律事務所、トンカツ屋、車販売会社など多種多様な職務を経験。出産後は、持ち前のチャレンジ精神で国家公務員としてハローワークに再就職。在職 25 年の後半は管理職に就き、ユニークな発想でプロジェクトをいくつも成功させた持ち主である。退職後の 2001 年 6 月(有)モアフレンズを設立し、キャリア相談室をオープン。現在はキャリア開発コンサルタントとして多くの悩める人たちの相談に対応している。

私生活では、3 度の結婚歴あり(現在円満継続中)、子連れライダー、ロックバンドのボーカリストなど多様な趣味を持ち、団塊世代にして早くからワークライフバランスに着目し、現在も実践活躍中である。

\* 著書「私だって働きたい！」他... \* (有)モアフレンズ キャリア相談室：<http://www.more-friends.com/>

平賀 圭子・・・NPO 法人 参画プランニングいわて 理事長



小学校教員退職後、地域活動に入り「女性の学習情報をつなぐ会」結成に参加、「テキスト現代女性読本」(三省堂)出版。その後、東京都豊島区男女平等推進センター・エポック 10 相談員・学習指導員、埼玉県男女共同参画苦情処理専門員、埼玉県男女共同参画推進センター「With You さいたま」事業コーディネーターを経て、2006 年盛岡にカムバック。

2006 年「NPO 法人 参画プランニング・いわて」の理事長に就任。同年 NPO 法人は盛岡市から「もりおか女性センター」の指定管理者となりセンター長に就任。2011 年 3 月センター長を離任。現在はもりおか女性センターのアドバイザー、NPO 法人理事長として男女共同参画社会実現に向けて奮闘中である。

会場:もりおか女性センター別館 3F 起業応援ルーム 芽でるネット

対象・定員:再就職したい40代～50代の女性(全日程出席可能な方)/12人

託児:6カ月～就学前のお子さん(要事前申込)/5人、有料(1人1回につき800円)

\* 母子家庭、非課税世帯に託児料の免除あり。詳しくは、お申込み前にお問い合わせ下さい。

《申し込み・問い合わせ先》

もりおか女性センター別館 起業応援ルーム芽でるネット  
〒020-0878 盛岡市肴町2-8  
019(624)3583

申し込み方法は裏面へ

## 講座プログラム (連続4回講座)

	日時	内容	講師
第1回	9月6日(火) 10:00~15:00	再就職に向けて ウォーミングアップ! あなたの働く目的は何ですか?	平賀 圭子 NPO 法人参画プランニング・いわて 理事長
		パソコン実習 (*希望者のみ) パソコン文字入力・インターネットの基礎講習	起業ルームスタッフ
第2回	9月8日(木) 10:00~15:00	自分のつよみを見つけよう! 『経験の棚卸と、履歴書、職務経歴書の書き方』 グループワークで 自分のアピールポイントを発見!	小澤佳代子さん (有)モアフレンズ代表取締役/ ワークライフバランス キャリア開発コンサルタント
第3回	9月9日(金) 10:00~15:00	自分のつよみを伝えよう! 『面接であがらずに自分を上手に伝えるために』 自分らしさを発揮できる面接の極意とは?	小澤佳代子さん (有)モアフレンズ代表取締役/ ワークライフバランス キャリア開発コンサルタント
第4回	9月13日(火) 10:00~15:00	パソコン実習 職務経歴書をつくろう!	起業ルームスタッフ
		まとめと交流	平賀 圭子 NPO 法人参画プランニング・いわて 理事長

申し込み方法:往復はがきにて受付 応募〆切 8月23日(火) 必着!

【応募記入事項】 講座名「再就職応援講座」 氏名(ふりがな) 郵便番号、住所 電話番号  
年齢 託児希望の有無\*託児希望者は子どもの名前、年齢(月齢まで)、性別を記入  
\*定員を超えた場合は抽選となります。

【送付先】 〒020-0878 盛岡市肴町 2-8 もりおか女性センター別館 宛

\*申し込み・問い合わせ先\*

もりおか女性センター別館  
起業応援ルーム 芽でるネット  
019(624)3583  
〒020-0878 盛岡市肴町2-8  
HP <http://mederunet.web.officelive.com>  
✉ [mederunet@sankaku-npo.jp](mailto:mederunet@sankaku-npo.jp)  
開館時間:平日9:00~21:00(土日祝休館)



\*もりおか女性センター別館は、栃内病院裏手側、盛岡市立杜陵小学校傍にあります。  
\*講座への参加にあたってお車で来館される場合は、近隣の有料駐車場をご利用願います。