



埼玉県のマスコット  
コバトンとさいたまっち

# 女性のための

1月

# 就活応援セミナー

再就職や転職をお考えの女性の方を対象に、就職活動に役立つセミナーを開講します。

受講料

無料

対象

就職を目指す女性の方  
(就業中の方も歓迎)

定員

30名  
12日のみ  
16名  
(要予約・申込順)

受付開始

12/20(火)



1/12(木)

10:00~16:30

①  
バスで行く  
職場見学付きセミナー  
～あなたの魅力と  
仕事再発見～

「もう一度働きたいけど、自分にできるかどうか不安」、「未経験だけど、どんな仕事なのか知っておきたい」という女性のために、実際の職場の見学と就職活動に役立つセミナーを実施します。職場見学では、バスに乗って企業を訪問します。※女性キャリアセンター共催事業

1/21(土)

10:30~12:30

②  
就職という転機を  
乗り越えるセミナー  
～転機をチャンスとして  
活かすには?～

就職、転職、結婚、出産など、人生は転機の連続です。変化をおそれずに受け止めて、転機をチャンスとして活かすためにはどうしたらよいか?このセミナーで就活をよりよく進めるためのヒントを見つけましょう!

1/26(木)

10:30~12:30

③  
いきいき仕事をするための  
ストレスマネジメント

日常生活、就職活動や仕事の中で、自分は何んな事象の時にストレスがかかるのか?その原因に向き合い、ストレスの軽減のヒントを得るセミナーです。

会場

ハローワーク浦和・  
就業支援サテライト セミナー室

各20分前から受付開始

◎セミナーはグループワークを取り入れたプログラムとなります。

◎セミナーに参加される方は、ハローワーク浦和・就業支援サテライトへの登録が必要です。

◎ご予約後にキャンセルされる場合は、必ずご連絡をくださるようお願いいたします。

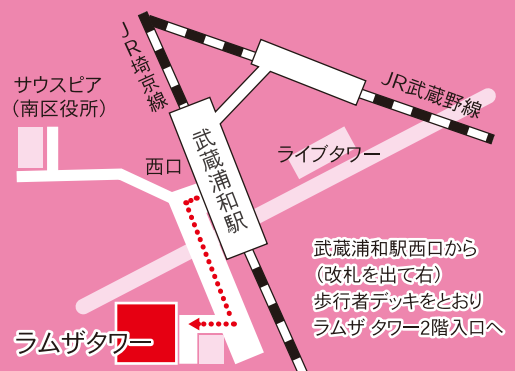
お申込み・  
お問合せ

☎ 048-826-5601

受付時間

月～金曜 10:00～19:00  
土曜 10:00～17:00  
※日・祝日・年末年始(12/29～1/3)は休み

〒336-0027 さいたま市南区沼影1-10-1 ラムザタワー3F  
JR埼京線・武蔵野線「武蔵浦和駅」西口から徒歩3分  
※専用の駐車・駐輪スペースがありませんので、公共交通機関をご利用ください。



武蔵浦和駅西口から  
(改札を出て右)  
歩行者デッキをとり  
ラムザタワー2階入口へ