

子 個 『わたらしい働き方ってどんなのだろう?』 “こそもり”セミナー

お母さんの役割って毎日たくさんのこと
ありますよね。
お母さんをしながら出来る働き方、
生き方を探してみませんか?



2つのセミナーを選べます!

働きたい気持ちもあるけれど働くことが不安な方の第一歩!

【わたらしい子育て・個育て】



教育カウンセラー・元幼児教育者
阿部 尚子
(弘前・青森)

現役保育士
木村 紀美子(八戸)



自分を知り自分の生き方を見つめ直すことは、子どもにとって
生き方のモデルや基準になります。

いろんな働き方に合わせたいろんな託児方法を保育士さんな
らではの視点で、お母さんの不安を解消していきます。

受講後のイメージ

- ・仕事をスタートする良いタイミングを見つけることができる
- ・自分にあった託児の仕方がみつきり、
お子さんを保育施設に預けて働くことへの安心感が生まれる

働く意思是固まったけれど働き始めた後にまだ不安のある方へ次のステップ!

【心に余裕を持つための表情作り】



有限会社リンゴミュージック マネージャー
樋川 由佳子(青森・弘前・八戸)

りんご娘をはじめ、これまでの育成活動で見てきた子ども、家
族、仕事のかかわりを「リンゴミュージック マネージャーの樋
川由佳子さん」が、就職活動だけでなく、家庭においても好循
環をうむ、「笑顔」についてお話しします。

受講後のイメージ

- ・職場や家事のストレスをコントロールすることができる
- ・就職活動や家庭において余裕を持つことができる



ゲストスマートフットワーク代表・あんよ・せらびー主宰 境 江利子

セミナー後、セミナー講師とゲストをまじえて、ゆっくりお茶を飲みながらフリートークを行います!
同じ「ママ目線」のセミナー講師と、地域の「パパ目線」のゲストと一緒に、カフェ気分でおしゃべりしましょう!



時期

9・10・11月開催
(裏面記載)

定員

先着20名

参加資格

仕事を考えている
子育て女性の皆さん

申込期限

各セミナー開催日の6日前まで

タイムテーブル

10:00~ 託児室スタート

10:15~10:50 セミナー

休憩

11:00~12:00 フリートーク

お申込み・お問い合わせ

参加ご希望・お問い合わせは、お電話またはHP、メールにてお願いいたします。

0120-978-726

受付: 平日9:00~18:00

・託児を希望される方は事前にお申し込みください。
・託児対象は、概ね生後6ヶ月~小学校6年生までです。

✉メール:kosomori@japan-mtc.com

こそもり事務局

主催:青森県商工労働部労政・能力開発課

運営:株式会社JMTC(弘前市外崎4-2-3)

HP: <http://www.kosomori.com>



子育て女性の就職応援事業とは

出産・育児等を機に退職した方で、勤労意欲を有している女性を対象に「個別相談会」「再就職支援セミナー」「職場体験プログラム」「合同企業説明会」を実施し、就職に対する不安軽減を図り、再就職を支援します。

受講イメージ ※ 1人の参加者が全プログラムを受講した際のイメージです。希望に応じて、関心のあるプログラムに参加が可能です。



2つのセミナーを選べます!

働きたい気持ちもあるけれど 働くことが不安な方の第一歩! (時間:10:00 - 12:00)

エリア	開催日 選べる2つの日にち	会場名	セミナー講師 わたらしい子育て・子育て	ゲスト 先輩ママに聴いてもらおう! わたしの不安・ママの不安
青森エリア	9/21(木) 10/28(土)	アピオあおもり大研修室 (青森市中央3-17-1)	教育カウンセラー・元幼児教育者 阿部 尚子	
弘前エリア	9/7(木) 10/7(土)	ヒロコ3F 多世代交流室1 (弘前市駅前9-20)	保育士・幼児教育の経験から、仕事と家庭の両立、自分らしい生き方などに寄り添った視点でお話いたします。	スマートフットワーク代表 あんよ・せらびー主宰 境 江利子
八戸エリア	9/20(水) 11/4(土)	ユートリー(八戸地域地場産業振興センター)4F 伝統工芸室 (八戸市一番町1-9-22)	現役保育士 木村 紀美子 20年以上に渡り保育業務に従事。子どもへの言葉かけや関わり方等、母親視点の生き方についてお話いたします。	子どもと先生と保護者が共に育つための「共育」のノウハウ、自らの子育て体験談を通じて、プラス思考になれるコミュニケーション術など、働くママを支援。 ※セミナー講師とゲストをお迎えします。

働く意思是固まったけれど 働き始めた後にまだ不安のある方へ次のステップ! (時間:10:00 - 12:00)

エリア	開催日 選べる2つの日にち	会場名	セミナー講師 心に余裕を持つための表情作り	ゲスト 先輩ママに聴いてもらおう! わたしの不安・ママの不安
青森エリア	10/12(木) 11/25(土)	アピオあおもり大研修室 (青森市中央3-17-1)		
弘前エリア	10/4(水) 10/20(金)	ヒロコ3F 多世代交流室1 (弘前市駅前9-20)	リンゴミュージックマネージャー 樋川 由佳子 弘前市のコミュニティFMアップルウェーブの立ち上げ後、結婚・出産を機に退職。現在「りんご娘」などのマネージャー業務と、二児の子育てに奮闘中のお母さんです。	スマートフットワーク代表 あんよ・せらびー主宰 境 江利子
八戸エリア	10/25(水) 11/24(金)	ユートリー(八戸地域地場産業振興センター)4F 伝統工芸室 (八戸市一番町1-9-22)		子どもと先生と保護者が共に育つための「共育」のノウハウ、自らの子育て体験談を通じて、プラス思考になれるコミュニケーション術など、働くママを支援。 ※セミナー講師とゲストをお迎えします。

こそもりとは…

子育て女性を対象に、働きたい女性を応援する青森県のプログラムの愛称です。キラキラと輝く子育て女性の“森”が青森県に広がっていくように、一人ひとりに寄り添って支援します。

こそもり事務局

主催：青森県商工労働部労政・能力開発課

運営：株式会社JMT（弘前市外崎4-2-3）

HP：<http://www.kosomori.com>

