

子育て女性の就活 応援します！

お試し！
しごと生活

『見てみたい、イメージしたい「働く私」。』 “職場体験”プログラム

お仕事から長い間離れていたり、
今までと違う働き方をしたかったり。
色んな不安や悩みを、
この機会に解消してみませんか？



Program3
参加無料
託児有り(無料)
県内3地区

時期

10月～1月まで
随時実施

定員

各地区先着20名

参加資格

就職を考えている
子育て女性の皆さん

申込期限

随時受付中！
希望日程、受講日数等
お気軽にご相談ください。

プログラムの流れ

【準備研修】
(最大2日間)



【職場体験】
(最大2日間)



【まとめ研修】
(最大1日間)



- ・各エリア安心の最大5日間のプログラム！カリキュラム詳細は裏面をご覧ください。
- ・個々の事情に応じて、研修のみ、職場体験のみ、半日のみなど、無理のない範囲で参加できます。

青森エリア

準備研修/まとめ研修 場所
JMTC青森教室
(青森市桂木1-1-1-4F)

職場体験 場所
青森市内、近郊協力企業

弘前エリア

準備研修/まとめ研修 場所
JMTC弘前教室
(弘前市外崎4-2-3)

職場体験 場所
弘前市内、近郊協力企業

八戸エリア

準備研修/まとめ研修 場所
JMTC八戸教室
(八戸市長苗代二日市8-2)

職場体験 場所
八戸市内、近郊協力企業

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。

☎0120-973-511

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。

✉ kosomori@japan-mtc.com



こそもり事務局

(青森県子育て女性の就職応援事業)

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。

<p>Program 1</p> <p>個別相談会</p> <p>7月～</p>	<p>Program 2</p> <p>再就職支援セミナー</p> <p>8月～</p>	<p>Program 3</p> <p>職場体験プログラム</p> <p>※ 今回のご案内はこちら</p> <p>10月～</p>	<p>Program 4</p> <p>合同企業説明会</p> <p>11月～</p>
--	--	---	---

職場体験プログラム詳細

※ 下表は、全て参加した場合のタイムスケジュールです。
個々の事情に応じて、無理のない範囲で選択・参加することができます。

		9:10~10:00	10:10~11:00	11:10~12:00		13:00~13:50	14:00~14:50	
準備研修 (2日間)	1日目	オリエンテーション	自分力アップ ・感じのいい話し方、聞き方 ・適職診断		昼休憩	就職力アップ① ・就職活動計画 ・応募書類作成		
	2日目	ビジネスカアップ① ・ビジネスマナー ・ビジネスコミュニケーション ※PC基本操作も行います。		昼休憩	就職力アップ② ・職場体験に向けて ・応募書類作成 ※PC使用予定			
職場体験 (2日間)	3日目 4日目	9:10~15:50 職場体験先 (時間帯はご希望を伺いながら相談いたします) ※体験先企業は決まり次第「こそもり」HPにて随時更新いたします。						
まとめ研修 (1日間)	5日目	職場体験振り返り	ビジネスカアップ② ・ビジネス文書作成 (お礼状) ※PC使用予定		昼休憩	就職力アップ③ ・面接へ向けての練習 ・自己PRの仕方		

※本プログラムは雇用保険需給中の求職活動実績と認められます。

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JMTC（弘前市外崎4-2-3）
HP：http://www.kosomori.com

