仕事とくらしのセーフティ講座

～パート・派遣・契約で働くシングルのあなたに

無料

(公財)横浜市男女共同参画推進協会

40歳前後の働く女性の4割が非正規雇用です。
求人状況は好転しているものの、非正規雇用の求人が多く
シングル女性の非正規雇用者数は、この10年で3倍以上に増えています。
不安定な雇用ゆえ、先行きが見えにくい。
転職のたびにキャリアが途切れ、給与が上がらない。
非正規職で働くシングル女性の多くは、働き続けることに
不安と悩みを抱えています。
いまはなんとか生活できている、けれど5年、10年後は?
働きつなぐ、生き抜くための術や考え方を身に着けるとともに
ゆるやかに人とつながり、安心を増やしませんか?

日程 2017年6月17日M、7月8日M、9月9日T、10月14日T
11月11日T、12月9日M、2018年1月13日T、2月10日T

全日程：土曜
13:30～16:30
※10/14のみ14:30～17:30

会場 T印はフォーラム 2Fセミナールーム(9/9、10/14、11/11、1/13、2/10)
M印はフォーラム南太田 2F大会議室(6/17、7/8、12/9)

■対象・定員：非正規職(派遣・パート・契約など)で働くシングル女性20人
★原則として35歳以上、シングルマザーを除く　★1回のみの参加も可
～各回毎にお申込ください～

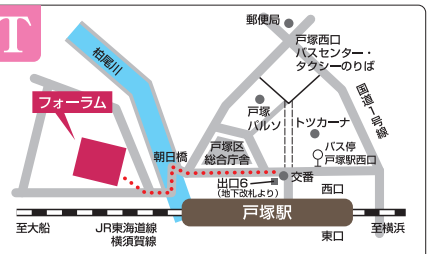
■参　加　費：無料

■申　込　先：5月11日(木)よりTEL／WEBにて受付【先着順】
TEL：045-862-5141(9:00～17:30＜土日祝・第4木曜除く＞)
WEB：https://www.hiseiki-singlewomen.info
非正規職　シングル　仕事　検索
(公財)横浜市男女共同参画推進協会 事業企画課

QRコードでカンタンアクセス

- (公財)横浜市男女共同参画推進協会は、指定管理者として横浜市男女共同参画センター3館［フォーラム・フォーラム南太田・アートフォーラムあざみ野］を管理運営しています。
- (公財)横浜市男女共同参画推進協会は、公式サイト「非正規職シングル女子のしごとと暮らし」(https://hiseiki-singlewomen.info/)、公式ツイッター「非正規職シングル女子のしごとと暮らしの研究」(https://twitter.com/swomenlab)と、公式フェイスブック(https://www.facebook.com/swomenlab)を運営しています。
- いただいた個人情報は、今回の事業実施のみに利用します。

T



フォーラム(男女共同参画センター横浜)
住所：横浜市戸塚区上倉田町435-1
アクセス：JR・横浜市営地下鉄「戸塚駅」徒歩5分

M

フォーラム南太田(男女共同参画センター横浜南)
住所：横浜市南区南太田1-7-20
アクセス：京浜急行線「南太田駅」徒歩3分
横浜市営地下鉄「吉野町駅」徒歩7分

プログラム内容

※交流会の参加は任意です。

【第1回】 6月17日(土) 13:30 ～ 16:30 @ フォーラム南太田 2F 大会議室

◆[13:30～15:30]「**働きつなぐために～キャリアののりしろづくり　自分の強み発見ワーク**」

- 長期的な視点でとらえる時代の変化、労働市場の変化
- これからのキャリアづくりに必要な視点
- 自分の活かし方を知ろう「私の強み」発見!グループワーク

○講師 ── 錦戸 かおり
(がんばれ工房主宰、キャリア・カウンセラー)

◆[15:45～16:30] **交流会(トークゲストあり)**

【第2回】 7月8日(土) 13:30 ～ 16:30 @ フォーラム南太田 2F 大会議室

◆[13:30～15:30]「**正規雇用を目指す～企業から求められる人物像とねらい目求人**」

- 正規雇用で待遇はホントにあがる?正規雇用と非正規雇用の違い
- 正社員に求められていることって?企業の視点を知る
- 正社員転換や転職活動をする上で知っておきたいポイント

○講師 ── 秋田 文子
(株式会社エイジェック 就労支援事業部 部長、就職・転職アドバイザー)

◆[15:45～16:30] **交流会**

【第3回】 9月9日(土) 13:30 ～ 16:30 @ フォーラム 2F セミナールーム

◆[13:30～15:30]「**マネー&ライフプラン～シングル女性の家計設計**」

- 現状を把握してお金の不安を見える化する
- 「いざというとき」の資金はいくら必要?どう確保する?
- 本当のところ、老後資金はいくら必要?

○講師 ── 金子 祐子
(オフィスBLISS代表、ファイナンシャル・プランナー)

◆[15:45～16:30] **交流会**

【第4回】 10月14日(土) 14:30 ～ 17:30 @ フォーラム 2F セミナールーム

◆[14:30～16:00]「**働くわたしのからだとの向き合い方～体調管理とケア**」

- アラフォー・アラフィフに起こりやすい体調不良の原因と対処法
- 働く私の更年期との付き合い方

○講師 ── 松本 裕子
(横浜元町女性医療クリニック LUNA婦人科医)

◆[16:10～16:30] **毎日できるかんたん「ミニストレッチ」**

○講師 ── 石川 知子
(日本体育協会公認スポーツプログラマー)

◆[16:45～17:30] **交流会**

予定 【第5回】11月11日、【第6回】12月9日、【第7回】1月13日、【第8回】2月10日

テーマ:「職場でのコミュニケーショントラブル、働く人の権利」、「私にフィットした住まい方を考える」、「副業の可能性とはじめ方」、「仕事と介護」(予定)　※順番と詳細は未定です　決まり次第HPで公開します

2016年度「仕事とくらしのセーフティ講座」参加者の声

数年前、転職活動に苦労した経験のイメージのままでいたので、時代の変化、労働市場の変化、自分の活かし方などを伺って大変良かったです。

漠然と感じていた不安・問題点が整理されて気持ち的に少し楽になった感じです。

同じような境遇の女性がいっぱいいることを知りました。自分一人じゃないことが分かって、ちょっと救われました。

お金や介護の不安を持っていても、それに対してどう備えるか分からず、この講座でヒントを得られたのが良かったです。

(公財)横浜市男女共同参画推進協会では、派遣・パート・契約で働くシングル女性のこれからを一緒に考えるサイトを開設しました。セミナーやお役立ち情報を発信しています。

https://www.hiseiki-singlewomen.info

非正規職シングル女子のしごとと暮らし