

母子家庭・シングルマザーのための 就業支援セミナー

無料

私をフラッシュアップ！

デキる私に向かって、自分を磨き上げましょう！

神戸市母子家庭等就業・自立支援センター
「あいワーク神戸」

シングルマザー（神戸市在住の方）のための就業支援セミナーです。就業・自立を支援するために素敵なプログラムを用意しました。どうぞお気軽にご参加ください。

回	日時	テーマ	講師
1	2010年 1月23日 (土) 10～12時 (3階和室)	<p>ヨガで、からだの中からやる気を出そう！</p> <p>凝り固まった体を解きほぐして、 新鮮な気持ちで就職活動を始めましょう。</p> <p>ヨガ</p> <p>運動しやすい服装でおいでください。 バスタオル等、敷物をご準備ください。</p>	<p>岡嶋文化学院ヨガ教室講師 パーソナル・ヨガ (東大阪・永和教室/八尾・山本教室) 整体師</p> <p>岡嶋 宏佳</p>
2	1月30日 (土) 10～12時	<p>自信を持って面接を受けるために</p> <p>就職するときに必ず通らなくてはならない面接の道。必ず通り抜けるために。</p>	<p>就職支援対策講座講師/ キャリアアドバイザー/ 神戸市母子家庭等就業・自立支援センター就業相談員</p> <p>堀田 良江</p>
3	2月6日 (土) 10～12時	<p>未来の私、なりたい私に向かって進もう！</p> <p>今を生きるために、将来の自分の姿をシュミレーションしておきましょう。</p>	<p>龍谷大学非常勤講師/ キャリアアドバイザー/ 神戸市母子家庭等就業・自立支援センター就業相談員</p> <p>龍井 智美</p>

◎ 保育ルームあります 2歳～就学前まで（1週間前までに予約してください。）

◎ 参加費 無料

会場：神戸市立母子福祉センター 研修室（2階）1/23は3階和室

〒650-0016 神戸市中央区橘通3丁目4-1 神戸市立総合福祉センター内

申込み・問い合わせ：TEL 341-4532 FAX 371-6478

メール boshi-shien.kobe@proof.ocn.ne.jp

神戸市母子家庭等就業・自立支援センター「あいワーク神戸」（神戸市立母子福祉センター内）

下記申込書にご記入のうえ、FAXでお申し込みください。連絡先は必ずご記入ください。電話、メールでも受け付けています。

平成21年度 第4回就業支援セミナーに参加します。

参加希望日（○をつけて下さい）平成22年 1/23 1/30 2/6 （できるだけ全日程ご参加ください）

お名前 男 女 男 女 男 女
★保育申込 () 歳 () 歳 () 歳
連絡先（電話） (携帯)

ご住所 〒



面接！ ここが大切！

就職活動を始めるときに



1、採用側（会社）が知りたいことは？

会社が求めている人材・能力をよく理解し、そこに当てはまる自分の強みをアピールすることがとても重要です。

2、マナーの基本をおさえておこう

マナーとは、相手を敬い、相手の立場に立って考える心の体現方法です。

身だしなみ（おしゃれではありません）、表情、挨拶、態度、言葉遣い等、いろいろな方法で表現する事ができます。

社会人としての基本的マナーを身につけていることを、さりげなくアピールしましょう。

3、挨拶はコミュニケーションの第一歩

挨拶は心を開く扉です。

きちんとした基本姿勢から、その場にふさわしい挨拶・言葉・お辞儀を心がけましょう。

4、第一印象が大切

面接の場面では、入室から第一声までの間に印象が決まると言われています。

清潔感、笑顔、元気を忘れずに。

5、面接のポイント

①時間厳守。約束の時間の10分くらい前に到着し、受付の前に身だしなみを整えます。

②係りの方にも丁寧に対応しましょう。

③ドアをノックし、返事を待ちましょう。

④入室したら静かにドアを閉め、まず入室の挨拶。

⑤いすの横に立ち名前（フルネーム）をハッキリと。着席の指示で座ります。

⑥面接中は、視線、姿勢、言葉遣いに注意し、自己アピールを。

⑦終了後は、立ち上がって御礼を述べましょう。

（監修：就業相談員 堀田良江）

面接の受け方についてのご相談は、シングルマザーのための就業相談をご利用ください。（下記）

シングルマザーのための就業相談

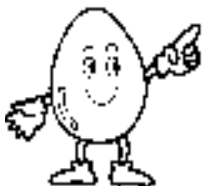
キャリアアドバイザーがあなたの就業を応援します

「私にとっての適職とは」「就職活動の進め方」「応募書類の書き方」「面接の受け方」等、就業に関する相談が主な内容です。

毎週月曜と水曜、第1土曜に下記センターで開催しています。

（ただし、第1水曜の午後は西区、第2水曜の午後は垂水区、第3水曜の午後は北区での巡回相談です）

お問い合わせ、ご予約は、下記 **就業・自立支援センター** まで。 【仕事を斡旋するものではありません。】



神戸市母子家庭等就業・自立支援センター「あいワーク神戸」
（神戸市立母子福祉センター内）

〒650-0016 神戸市中央区橋通3丁目4-1 神戸市立総合福祉センター3階

TEL 341-4532 FAX 371-6478

メール boshi-shien.kobe@proof.ocn.ne.jp