



盛岡市プレスリリース

～性別等に関わらず誰もが尊重され活躍できるまち盛岡の実現～

令和6年9月27日
盛岡市市民部
市民協働推進課
男女共同参画推進室

市政記者クラブ加盟社 各位

令和6年度もりおか女性センター主催 就労支援講座

「自分らしい働き方を描く」を開催します。

もりおか女性センターでは、再就職を目指す女性を対象に就労支援講座を開催します。この講座では、じっくりと自分を見つめなおし、多様な働き方を知ることや、パソコン操作を通して、自己実現の可能性に気づき、自分らしい働き方を考えます。

ぜひ、ご周知いただきますようよろしくお願いいたします。

記

【日 時】 令和6年11月6日、13日、20日（水）10時～12時

【場 所】 起業応援ルーム 芽でるネット
（盛岡市中ノ橋通1-1-10 プラザおでって1階）

【内 容】 ①自分らしさ発見！これからを思い描こう
講師 橋本 千香さん・中塚 和華子さん
（岩手キャリア形成・リスキリング支援センター）

②先輩の経験を聞いてみよう&就活もやもや座談会
講師 小山 由香理さん（Pono books&time オーナー）

③就活の幅を広げるためのExcel&はじめてのZoom体験
講師 大森 真菜美さん（BOKUSUL 代表）

【対 象】 再就職を目指している女性
※ひとり親・盛岡市内在住の方優先・原則全3回参加できる方

【定 員】 10人（選考により決定）

【費 用】 無料

【託 児】 要事前申込
6か月～未就学児
子ども1人につき1回500円 定員2人

【申込方法】 令和6年10月4日（金）10時から15日（火）16時まで
申込フォームにて受付

【主 催】 盛岡市、もりおか女性センター

【添付資料】 講座ちらし

【問い合わせ先】

もりおか女性センター
担当：田村（たむら）・櫻庭（さくらば）
TEL：019-604-3303

令和6年度 もりおか女性センター 事業テーマ
「チェンジ!誰もが自分らしく生きる未来へ」

就労支援講座

自分らしい 働き方を描く



11.6 (水)

11.13 (水)

11.20 (水)

10:00~12:00

参加
無料

何かを変えたいけど、
何からやればいいかわからない…
自分を見つめる時間が欲しい…
自分にあった働き方って？
テレワークってよく聞くけど、
どんな働き方？



場所 起業応援ルーム芽でるネット
(プラザおでって1F)

対象 再就職を目指している女性
※雇用保険の求職者給付の求職活動実績としての証明書発行有り

定員 10人(選考により決定)
※選考結果は10月21日(月)にもりおか女性センターHPにて
発表、順次文書発送

申込 10月4日(金)10時~15日(火)16時まで
申込フォームにて受付

託児 有料:子ども1人につき1回500円
6か月から未就学児(要予約 先着2人まで)



申込フォーム

内容

第1回

11.6
(水)



自分らしさ発見!
これからを思い描こう

自分を振り返り、自分の強み・
価値観を見つけます。

講師:橋本 千香さん
中塚 和華子さん
(選手キャリア形成・
リスケリング支援センター)

第2回

11.13
(水)



先輩の経験を聞いてみよう
&就活もやもや座談会

会社員としてテレワークをしながら、
本屋を経営している先輩の経験談を聞き、
自分の理想の働き方について考えます。

講師:小山 由香理さん
(Pono books&timeオーナー)

第3回

11.20
(水)



就活の幅を広げるための
Excel&はじめてのZoom体験

Excelで履歴書を作成したり、オン
ライン面接などに備えてZoomの使
い方の基礎を学びます。

講師:大森 真菜美さん
(BOKUSUL代表)

お問い合わせ先 もりおか女性センター
住所:盛岡市中ノ横通1-1-10 プラザおでって5F
TEL:019-604-3303
HP: <https://mjc.sankaku-npo.jp>



主催:盛岡市、もりおか女性センター

最新情報はこちら



芽でるネット
Instagram

もりおか女性センターからの ご案内

相談

●女性相談

女性がかかえる、家庭や職場、身の回りのさまざまな悩みを、専門の相談員が一緒に考えます。性別や社会通念にとらわれず、一人ひとりの生き方を尊重する社会の実現をめざして、相談室はあなたらしい生き方を支援します。電話相談と面接相談があります。（予約の方優先）また、メール相談も受け付けます。メール相談はホームページの相談フォームから。

●男性相談

男性の相談員による面接相談。予約が必要です。原則毎月第2土曜日に実施予定です。場所などの詳細はホームページでご確認ください。

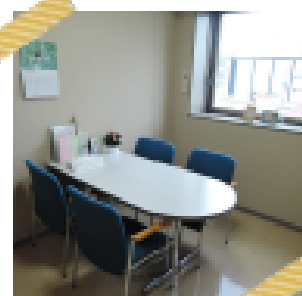
●LGBT相談

電話相談のみ。予約が必要です。

受付電話 ☎019-604-3304

女性・LGBT相談開設時間 月・火・金 10:00～17:00
水・木 10:00～20:00

相談は無料です。秘密はかたく守ります。



ウィメンズサロン・ゆるり



夕方のひととき、帰宅する前にちょっとどこかに立ち寄って自分の時間を過ごしたいな、と思いませんか？

気軽にしゃべりたい方も、静かに自分の時間を過ごしたい方もすしただけ日常から離れて落ち着ける場所。

少しですがお茶とお菓子も用意しています。

お気軽にお立ち寄りください♪

毎月第4水曜日17:00～19:00
起業応援ルーム芽でるネット
（プラザおでって1F）

生理用ナプキンをお渡ししています

配布内容：生理用ナプキン（昼用ナプキンパックまたは夜用ナプキンパックのいずれか）

配布期間：令和6年度

第二期（7月～9月）、第三期（10月～12月）、第四期（令和7年1月～3月）
なくなり次第終了

もりおか女性センター窓口にお越しください。
お困りのご本人へ直接お渡しいたします。



おねがい

生理用品の
寄付を
承っております

国ただし外包裏未開封の
ものに限りです

お問い合わせ先

もりおか女性センター

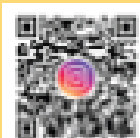
住所：盛岡市中ノ橋通1-1-10 プラザおでって5F

TEL：019-604-3303 HP：<https://mjc.sankaku-npo.jp>

ホームページ



Instagram



X

