

ちょっと聞きたい  
話したい♪

参加費無料

豊田市女性しごとテラス

カプチーノ  
Cappuccino 

# カプチーノ座談会

～開催日程一覧～

雇用保険求職活動  
の実績になります

7/3 金

気になる働き方  
—在宅ワークをやってみた!

11:00～11:40

ファシリテーター：椛島 貴子

「在宅ワーク」にどんなイメージをお持ちですか？  
「在宅ワーク」のリアルな体験をお伝えします。その体験談を聞き、ご自身の働き方の選択肢に「在宅ワーク」を入れるか、入れないか、参考にしてみてください。

7/10 金

身の丈起業  
—起業1

11:00～11:40

ファシリテーター：椛島 貴子

「起業なんてムリ・・・私は『起業』なんてしません」と宣言していた私が、好きなことをしていたら、「もう開業届を出さない」と言われ起業をした私の体験談をお話します。大きなことをやらなくても大丈夫。起業のメリット・デメリットを知り、自分に合う方法を見つけていきましょう。

7/17 金

会社に行かない働き方  
—起業2

11:00～11:40

ファシリテーター：津村 美紀

女性が働くとき、自分のキャリアだけでなく、子育て、介護、夫婦関係など、様々なことを含め「働く」ことが求められます。自分に合った働き方について、気軽におしゃべりしながら思い描いてみましょう。

8/7 金

もうすぐ復職します。  
豊田市こども園入園手続きの巻

11:00～11:40

ファシリテーター：津村 美紀

子どもをこども園に預けて働きだす時、手続きや準備することを一通り確認しておくとう安心です。育休中の方だけでなく、ゆくゆくはこども園に預けて働きたい方はお気軽にご参加ください。

8/28 金

「子どもを預けて働く」これだけは  
知っておきたい5つのこと

11:00～11:40

ファシリテーター：津村 美紀

子どもを預けて働きだす時は、自分だけの時とは違って、不安を抱くことは誰でも同じです。知っておきたい5つのことを押さえておくと、不安も少し軽くなるでしょう。

9/4 金

転職？そのまま続ける？  
仕事続け時、辞め時1

11:00～11:40

ファシリテーター：津村 美紀

転職するか、今の仕事を続けるか？自分のキャリア、会社の人間関係、仕事と生活の両立、考えだすと迷いのループに入ってしまう。そこから気づいていない自分の「大切にしたいこと」を見つけることで、次への1歩が開けます。いろいろな立場の方で話し合いながら、自分を見つめる時間をつくってみませんか？

9/11 金

ちょっと気になる。みんなは  
どうやって仕事を決めているの？

11:00～11:40

ファシリテーター：椛島 貴子

『仕事』といっても業種は幅広く条件も色々ある中で、どうやって決めていくのかな？みんなはどうやって決めたの？「家庭」「子育て」「自分の人生」に大きく影響してくる『仕事選び』について、一緒に考えてみませんか？

9/18 金

メンタルヘルス  
—ストレスに負けない方法

11:00～11:40

ファシリテーター：新井 伸子

ストレスで苦勞する人としらない人、何が違うの？簡単なストレス対処法と相談先を知っていれば安心ですよ。ストレスに負けない方法をお知らせします。

## 参加申込随時受付中！

電話またはHP予約フォームより、参加希望の座談会名を入力のうえお申込みください

予約フォームはこちら➡



※市内の新型コロナウイルス感染動向により、オンライン開催へ変更する場合があります。変更の場合は、開催2週間前までにHPへ掲載し、参加者へ連絡いたします。

この事業は豊田市より受託を受け、株式会社パソナが実施します。

会場・お問合せ

## 豊田市女性しごとテラス

豊田市若宮町1-57-1 A館 T-FACE 9F

TEL：0565-41-7555

(お問合せ時間) 10:00～18:00 火曜日定休

対象：豊田市在住・在勤または豊田市で働きたい女性

定員：先着10名

※託児サービスの実施はありません。お子様同伴参加可