

～産休・育休中のママ・パパのための～

# キャリアプラン ワーク&座談会

参加費  
無料

毎月1回開催

オンライン開催

少人数制

子育てと仕事の両立や、働き方が変わるこれらに向けて、産休・育休中の今だからこそ、少しでも立ち止まってキャリアプランについて考えてみませんか？  
ジョブ・カードを使ったワークを通じて、自分を振り返り、感じたことやキャリアのこと、子育てのお話など、ママ・パパ同士、気負わずに情報交換してみませんか？



〈こんな方におすすめです〉

子育てをしながらの働き方に不安がある

キャリアプランについて考えたい

## セミナー内容

- ジョブ・カードの活用法
- キャリアの棚おろし、キャリアプランを描く
- キャリアコンサルティングとは
- 座談会

## 開催概要

- 会場：オンライン開催（Zoomシステム使用）
- 費用：無料 ※通信費は受講者様の自己負担となります
- 定員：各回5名 ※先着順となります
- 日時：

10:30 ~ 11:30

8/30 (金) 9/12 (木) 10/22 (火) 11/11 (月) 12/13 (金)  
2025/1/21 (火) 2/20 (木)

※各回すべて同じ内容です。ご希望の回にお申し込みください。

- 申込：キャリア形成・リスキング支援センターHPからお申し込みができます。

URL : <https://carigaku.mhlw.go.jp/eventgrsch/83854/>

申込完了後に、センターより申込完了の通知が届きます。  
その後、ZoomのURLと資料をメールで送付しますので、当日まで大切に保管ください。  
【申し込み締め切り】各回3営業日前17時まで

お申込みは  
こちらから→



お問合せ

## 北海道キャリア形成・リスキング支援センター

〒060-0005 札幌市中央区北5条西2-5 JRタワーオフィスプラザさっぽろ16階 株式会社パソナ パソナ・札幌内

☎ 011-222-9618

✉ carigaku\_hokkai@pasona.co.jp

HP : <https://carigaku.mhlw.go.jp/>

キャリア形成  
リスキング 支援センター

厚生労働省委託事業

