

私らしい一步を踏み出す

～これからの生き方・働き方を見つける～

これまでの経験を力に、これからの一步へ。
あなたらしい生き方・働き方を見つけてみませんか。

セミナー

個別相談会

※セミナーまたは個別相談会のみのお申込みも可能です。

育児や介護など、これまでの経験を振り返り、自分の強みや大切にしたい価値観に気づくセミナーです。
キャリアの理論とワークを通して、自分に合った働き方を考え、これからの一步を踏み出すきっかけをつくります。

開催日 7/12(日)

時 間 14:00～16:00

定 員 30人

保 育 7人(生後6カ月以上の未就学児) ※要申込

※定員、保育ともに応募多数の場合は抽選

会 場 万代市民会館4階 403・404大研修室

それぞれの状況に寄り添い、キャリアコンサルタントが悩みにお答えします。
秘密は守られます。お気軽にご相談ください。

開催日 7/21(火)・7/24(金)・7/26(日)

時 間 ①10:00～11:00 ②11:30～12:30

③13:30～14:30 ④15:00～16:00

定 員 各枠1人 ※応募多数の場合は抽選

保 育 あり(生後6カ月以上の未就学児) ※要申込

会 場 万代市民会館3階 303会議室

対 象 再就職やもっと違う働き方を考えたい女性

費 用 無料

〔駐車場はありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか、公共交通機関でお越しください。〕

講師 白井 一美さん

キャリアコンサルタント／産業カウンセラー／(公財)日本女性学習財団キャリア支援デザイナー



国際協力機関にて留学生受け入れ支援に従事したことから、学生の進路、キャリア教育に関心を持ち専門学校に転職。一方、結婚・出産を機に離職した経験や子育て中の地域活動の経験から、女性のライフキャリア支援にも強い関心を持つ。仕事×家庭×社会活動の中で、私らしくありたい自分を大切に、地域の女性活躍支援をしていきたいと考えている。

申込み 6月30日(火)までに

①新潟市オンライン申請システム e-NIIGATA →



②電話 025-246-7713〔受付時間：月～金曜 8:30～17:30 ※土日祝休日を除く〕

主催・お問合せ



〒950-0082
新潟市中央区東万代町9-1(万代市民会館3階)
TEL: 025-246-7713
FAX: 025-246-8080
E-mail: alza@city.niigata.lg.jp
受付時間：月曜～金曜8:30～17:30(土日・祝日除く)

アルザにいがた
ホームページ



※新潟駅から徒歩7分。