



報道各位

※講座当日のテレビでの取材  
はご遠慮ください。

令和8年6月9日  
新潟市男女共同参画推進センター

## 女性の再就職を支援する講座・個別相談会の開催について（お知らせ）

新潟市男女共同参画推進センターでは、育児、介護、配偶者の転勤等で離職した女性や正規社員を目指す非正規社員の女性又は今までと違う働き方を考えている女性などに対して、これまでの生き方、働き方を振り返り、これからの働き方やライフプランを考えるため、ステップアップを促進するセミナー及び個別相談会を開催します。

広く市民の皆さまに周知するため、事前の広報活動にご協力くださいますようお願いいたします。

- 1 タイトル 私らしい一歩を踏み出す～これからの生き方・働き方を見つける～
- 2 日時・内容

	日 時	形式	講師・相談員
1	令和8年 7月12日（日） 午後2時～4時	セミナー	
2	令和8年 7月21日（火）・24日（金）・26日（日） ① 午前10時～11時 ② 午前11時30分～12時30分 ③ 午後1時30分～2時30分 ④ 午後3時～4時	個別相談会	白井 一美さん （キャリアコンサルタント）

- 3 定 員 セミナー：30人 ※応募多数の場合抽選  
個別相談会：各枠1人 ※応募多数の場合抽選
- 4 会 場 万代市民会館（中央区東万代町9-1）  
セミナー：4階403・404大研修室  
個別相談会：3階303会議室
- 5 保 育 セミナー：7人（生後6カ月～未就学児）  
個別相談会：あり（生後6カ月～未就学児）
- 6 募集方法 令和8年6月30日（火）までに「新潟市オンライン申請システム e-NIIGATA」または電話（025-246-7713）
- 7 広 報 市報（5月17日号）、市ホームページ  
チラシ配布（公民館、図書館、保育園、子育て支援センター 他）



【担当・問い合わせ先】  
新潟市男女共同参画推進センター「アルザにいがた」  
担当 丸山・荒井  
電話 025-246-7713 FAX 025-246-8080  
E-mail alza@city.niigata.lg.jp

# 私らしい一歩を踏み出す

～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、これからの一歩へ。  
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し込みも可能です。

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、これからの一歩を踏み出すきっかけをつくります。

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 7/12(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

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



※新津駅から徒歩7分