

アラサー・アラフォー女性のための

転職カフェ Cafe

加賀市版

情報の輪サービス(株)プログラム提供

Doing

「5mm」
動くと
見えてくる
ものがある

転職カフェって
なに?
What's

仲間に出会う
(つながり・支え合いのきっかけづくり)

サポート情報を得る
自分の応援団に出会う

講座終了後
仕事についてのご相談
やカウンセリングを希望
される方には、キャリア
カウンセラーや専門スタ
ッフが担当します。

Support

ロールモデルに出会う
語り合える人と出会う
(仕事・結婚・出産・育児・介護など)

20代～50代の求職中の女性、転
職を考えている女性、起業を考えて
いる女性、独身、既婚、シングルマ
ザーなど。さまざまな立場の女性た
ちのゆるやかなつながりを作る
カフェCafe。ちょっとここで
仕事のことや将来のことを、
お茶を飲みながら
話すのもよし、
聴くのもよし。

Community

『20歳代で転職4回』

31歳の離婚を機に、自分の生き方・働き方
と向き合い始める。

短大卒業後、製造業・経理・労務管理・PC
インストラクター・マナー講師などを経験

2009年 キャリアコンサルタント、研修
講師としてフリーランスに

2012年 町家を活用した女性限定の朝活
やカウンセリングを開始

2017年～ 加賀市ワーク・チャレンジ事業
にたずさわる

<加賀市版>

転職カフェ (全5回)



ファシリテーター
宮本 陽子

キャリアコンサルタント
加賀市くらし就労サポート室就労支援員

女性のしごと・暮らしをともに考える宿泊型ラボ

こっとりとKAGGA

平成30年度加賀市ワーク・チャレンジ事業

目的

1. サポート情報を得る
2. 自分の応援団に出会う
3. ロールモデルに出会う
4. 語り合える人と出会う（仕事・結婚・出産・育児・介護など）
5. 仲間に出会う（つながり・支え合うきっかけづくり）

対象

20代～50代の非正規で雇用で働いている女性、求職中の女性、転職を考えている女性、起業を考えている女性、独身、シングル女性、既婚女性



スマホから簡単お申込み
QRコードを読み取って
メールで送信！



- 募集人数 **16名**
- 参加費 各回 **500円**
※ お茶&スイーツ&資料代
- 申込み方法 FAXまたは、E-Mail
✉ kottorito.kaga@gmail.com 宛
・ メール件名：「転職カフェ申込み」
・ 氏名（ふりがな）・連絡先電話番号
・ 参加ご希望日をご記入の上、送信下さい
- お問い合わせ.....

女性のしごと・暮らしをともに考える宿泊型ラボ
こっとりとKAGA
TEL：080-5219-8014（担当/宮本）

会場

かが交流プラザさくら 205号室
加賀市大聖寺八間道65番地
※ 駐車場あり



日時

19:00～21:00（各回ごとの参加OK）
2019年 1/17・1/31・2/14・2/28・3/14

- 1 『転職・仕事・起業についてのプチ講座』
自分の応援団や同じ思いを持った女性たちとの出会いと、サポート情報を得る場です。
みやもと ようこ
宮本 陽子
- 2 『すべての時間に意味がある』
平凡な主婦として2度の結婚・離婚を経験後、シングルマザーとなり、現在フリーランスとして生計を立てるようになるまでのお話をします。寄り道してきたと思ってきたけど、そうじゃなかった。進んできた道に意味を持たせるのは今の自分なんです。
おばた みなこ
おばた みなこさん
- 3 『一番の味方は自分自身』
ベトナムのホテルに勤務、自由奔放だった独身時代。それが結婚を機に、思い通りにいかないことも増え、自分を認められなくなるように。とあるきっかけで、「これでいい！よくやっている自分」と自分で自分を褒めることを始めたことで、少しずつ本来の自分らしさを取り戻すことにつながりました。最近では、4人の子育て、夫の飲食店経営を支えながらも自分の“好き”を基準に行動できるようになってきました。
たにぐち あずさ
谷口 あずささん
- 4 『自分の好きなことが仕事に』
学校給食調理員10年。体を動かすことが好きでヨガインストラクターの資格を取得。シングルマザー経験5年、育児と仕事の両立に奮闘。現在は、夫のニート・引きこもり支援と一緒にしながら、ヨガ教室、宅配弁当、産後ヘルパーなど、好きなことがすべて仕事となり、毎日が充実しています。
はやし あけみ
林 あけみさん
- 5 『キャリア&ライフプランについてのプチ講座』
応援団や参加者の皆さんとの「交流の場」「夢の語り場」です
みやもと ようこ
宮本 陽子

*** 転職カフェ<加賀市版> FAX 申込み *** FAX番号 (0761)75-7966

住所 _____

ふりがな
氏名 _____

電話番号 _____

参加ご希望日（○をお付けください）

- | | |
|------------|------------|
| ① 1月17日（木） | ④ 2月28日（木） |
| ② 1月31日（木） | ⑤ 3月14日（木） |
| ③ 2月14日（木） | ⑥ 全日程参加 |