

雇用保険受給者の方へ このセミナーは、求職活動の実績になります  
あおもり若者サポートステーション・ジョブカフェあおもり共催セミナー

# ワーク・ライフ・バランス

～自分らしい働き方を見つけよう～

日程 令和3年 **11月15日**(月) 13:30～15:30

会場 アピオあおもり 1階 保健指導室  
(青森市中央3丁目17-1)

定員 12名程度

対象 15～49歳までの求職者

締切 令和3年11月8日(月)  
17:00まで

※定員になり次第、受付を終了いたします。

参加  
無料

## 内容

ワーク・ライフ・バランスという視点から自分らしい生き方・働き方とは何かを学ぶ。

1. ワーク・ライフ・バランスって？
2. 自分らしいキャリアの築き方
3. プライベートの充実を考えるワーク

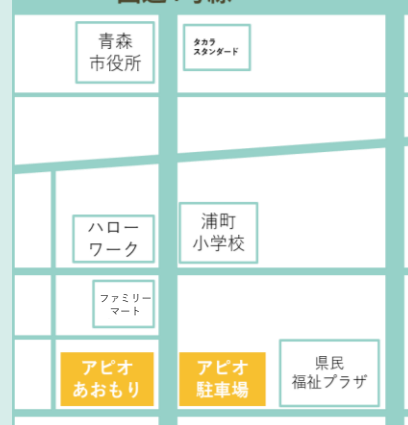
## 講師 佐々木 めぐみ 氏

ワーク・ライフバランスコンサルタント(株式会社ワーク・ライフバランス認定)



東北福祉大学 福祉心理学科卒  
青森市職員、会社員等を経て、2020年に(株)ワーク・ライフバランスよりコンサルタントとして認定を受ける。  
青森県内でワーク・ライフ・バランスの必要性を浸透させていくため、2021年4月、男女共同参画の分野の中でもワーク・ライフ・バランスに特化したコンサルタント(個人事業主)として起業。

## 国道4号線



※新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況等により、延期または中止となる場合もございます。  
当日は検温を実施し、ご参加を控えていただく場合もございますので、予めご了承ください。

お申込み  
お問い合わせ

あおもり若者サポートステーション

TEL 017-775-5301

FAX 017-722-8762

〒030-0803

青森市安方1丁目1番40号

青森県観光物産館アスパム3階

お申込み対象者	15～49歳までの求職者
申込期限	令和3年11月8日(月)
持ち物	筆記用具



\* TEL/FAXから

\* 持参

TEL 017-775-5301

〒030-0803

FAX 017-722-8762

青森市安方1丁目1番40号

青森県観光物産館アスパム3階

フリガナ 氏名		男・女
生年月日	昭和・平成 年 月 日 ( 歳)	
住所	〒 -	
連絡先	自宅 ・ 携帯	雇用保険 受給 有・無

記入いただいた個人情報は、この事業の参加申込確認の目的に限って利用させていただきます。

マスク着用\*



お願いしております

受講の際にはマスクの着用をお願いいたします。  
ご理解とご協力をお願いいたします。