

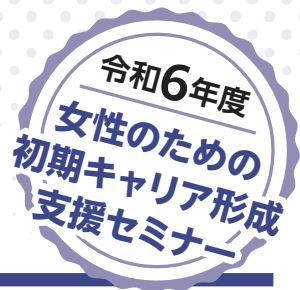


神奈川県

KANAGAWA

変化への対応が求められる
現代だからこそ

自分の強みと役割を知り、
未来のありたい私を描く



私らしいキャリアデザインセミナー

必死に覚えた仕事も落ち着いてくると、「自分が今の場所でもっと成長するためにはどうしたら良いか」「今後ライフステージが変化してもキャリアアップできるのだろうか」など初期キャリア期に悩みを抱く人は少なくありません。そこで、入社3年目～7年目程度の方々に、ワークとライフのバランスを取りながらキャリアをどのように築いていくかを考え、自分らしいキャリアのヒントを見つけてほしいという思いを込めた、かなテラスならではの講座です。

10/18(金) 10:00～16:30 ▶ セミナー

10/22(火)・24(木)・29(火)・31(木)・11/1(金)
のいずれか ▶ キャリアカウンセリング

*キャリアカウンセリングは各日10:00～17:00のうちお一人につき50分です。本講座は、セミナーのみの受講も可能ですが、受講効果をより高めていただくため、キャリアカウンセリングとセットでお申込みされることをおすすめします。

開催方法

[10月18日] 集合形式

[10月22日・24日・29日・31日・11月1日のいずれか] 個別面談

*キャリアカウンセリングは、日程が合わない場合はオンライン(Zoom)で実施します。

場 所

かなテラス(神奈川県立かながわ男女共同参画センター)

(藤沢市鵜沼石上2-7-1 県藤沢合同庁舎2階)

受講対象

総就業年数3年目～7年目程度の女性(県内在住・在勤の方を優先)

定 員

30名程度(申込み多数の場合は抽選)

[D&Iかながわメンバーズ]登録企業等にお勤めの方は、抽選時に優先いたします。

受講料

2,000円(セミナーのみ参加の場合は700円)

セミナー当日、会場受付にて現金でお支払いください。

申込締切

令和6年10月1日(火) 17:00

裏面の「注意事項」を必ずご確認の上、かなテラスホームページ又は電話によりお申込みください。

ホームページはこちらから
ご覧いただけます



セミナー講師・キャリアカウンセラー プロフィール



片岡 裕子氏

(かたおか ゆうこ)

株式会社キャリア・ブリッジ

代表取締役

キャリアコンサルタント

大手クレジットカード会社にて企画・広報、国際営業を経験。2度の育児休業を取得しながら部下34名を持つ部長代理職を務める中、キャリア支援に尽力したいと考え、退職。キャリアカウンセラー資格(のちの国家資格キャリアコンサルタント)を取得し、現在まで約19年。再就職支援、企業内カウンセリング、大学就職支援室での相談業務、また1級キャリアコンサルティング技能士として養成講座講師・後輩育成などにも従事。特に女性のキャリア支援には力を入れている。

主催



共催

相模原市、横須賀市、平塚市、藤沢市、小田原市、
茅ヶ崎市、三浦市、厚木市、大和市、伊勢原市、
海老名市、座間市、二宮町、大井町、山北町、箱根町

● 概要

ベテランキャリアコンサルタントが「あなたらしさ」を考えるためのお手伝いをします！

セミナープログラム(予定)

キャリアとは？

自分の役割を考える

自分らしさとは何か？

自分の強みを知る

先輩から学ぶ(先輩ご紹介・登壇)

キャリアプランを作る

キャリアカウンセリング

セミナーで感じた事、自分ならではの考え、思い、悩みなどをお気軽にご相談ください。

セミナー中に作成したキャリアプラン完成に向けたご相談も承ります。仕事だけではなくライフも含めた「自分らしい人生」を充実させるために、どう行動するかを考えることができるようにお手伝いします。

*キャリアカウンセリング実施時間は、別途調整し連絡します。

なお、セミナー講師である片岡氏が全てのキャリアカウンセリングを担当いたします。

<セミナー>

受講者の声

普段、キャリアの今後について考える機会がなかったので、良いきっかけづくりとなった。

セミナーに参加する前と参加した後で、自分の中で仕事に対する目線を見直すことができた。

<キャリアカウンセリング>

普段あまり話さないプライベートな内容などもお話することができてよかった。仕事面でもプライベートの面でも自分の考えを後押ししてくださり、とても自信につながった。

「働きながら子育てをする」イメージがより湧いた。

● 注意事項

1 受講申込みについて

本講座は、セミナーのみの受講も可ですが、受講効果をより高めていただくため、キャリアカウンセリングとセットでお申込みされることをおすすめします(昨年度受講者の90%が「セットでよかった」と回答)。なお、キャリアカウンセリングのみの受講は不可とします。キャリアカウンセリングは、キャリアカウンセラーの片岡氏と受講者の2者で行い、対面で実施します。

*日程の調整がつかない方のみ、別日(11月14日(木)まで)にオンラインで実施します。

2 カウンセリングをオンラインとした場合の環境等

カメラ機能(パソコン等)を用いてZoomを利用します。

ご自身で機器・通信環境、受講環境をご準備いただく必要があります。

3 キャンセル

キャンセルの場合は、速やかに、**かなテラス参画推進課(電話0466-27-2117)**にご連絡ください。

なお、主催者都合による中止の場合を除き、支払い後の受講料の返金はできません。あらかじめご了承ください。

かなテラスホームページより電子申請又はお電話にてお申込みください。

申込必要事項

- ①氏名(フリガナ) ②電話番号 ③メールアドレス ④住所 ⑤お勤め先の業種 ⑥企業(団体)名
⑦総就業年数(前職等の経歴を含む) ⑧応募理由 ⑨キャリアカウンセリング希望日時

受講可否の決定は**10月4日(金)**までに電子メールにてお知らせします。

万が一、10月4日(金)を過ぎても、電子メールが届かない場合は、かなテラス参画推進課までご連絡ください。

申込み・
お問合せ

かなテラス(神奈川県立かながわ男女共同参画センター)参画推進課

電話 **0466-27-2117**

● 休館日/月曜日、8月13日(火)、9月17日(火)、9月24日(火)、
10月15日(火)、11月5日(火)

https://www.pref.kanagawa.jp/docs/x2t/kouza_event/shoki_career2024.html





神奈川県

KANAGAWA



ハローワーク共催ワンデー就活イベント

就職応援セミナー and 面接会 9月3日(火) 小田原お堀端コンベンションホール

小田原市
開催!

【セミナー】10:00~12:00 【面接会】13:00~16:00

セミナーテーマ

観光神奈川で働こう!観光関連業特集 ~外国人歓迎 就職支援セミナー~

出展予定企業

小田原・箱根など県西エリアの宿泊・飲食など観光関連業10社

「就職応援セミナー and 面接会」は就職・転職活動を頑張っている
皆さんを応援するワンデー就活イベント。
午前中は確実に就活力が向上するセミナーを開講、
午後は10社程度の企業が出展する面接会を開催します。
一日を通して皆さんが「働きたい場所」を発見する。そんなイベントです。

年
齢
不
問

就職活動
証明書
発行可

飛び込み
参加
OK!

会場

小田原お堀端コンベンションホール

〒250-0011

小田原市栄町1-14-48 ジャンボーナックビル5F

【アクセス】

JR・小田急「小田原」駅 東口徒歩5分

お申込み・詳細

かながわjob

検索



かながわjobイベント事務局

☎ 0120-703-785 (平日9:00~17:00)

✉ kanagawa_gosetsu@os.tempstaff.jp

【主催】神奈川県産業労働局 労働部雇用労政課 【共催】神奈川県労働局・ハローワーク

※この事業は神奈川県より委託されたパーソルテンプスタッフ株式会社が運営いたします。

神奈川県が皆さんの就職・転職活動を応援します!

就職応援セミナー and 面接会

当日の流れ

ガイダンス

(第1部)
就職応援セミナー

昼休憩
企業来場

企業PRタイム

(第2部)
面接会(10社予定)

アンケート記入
退室

セミナーテーマ

観光神奈川で働こう!観光関連業特集 ～外国人歓迎 就職支援セミナー～

【こんな方が対象です】

- ・日本で就職を希望する外国人の方(留学生歓迎!)
- ・観光業で就労を希望する方
- ・正社員を目指して就職活動をしている方

【参加することで期待される効果】

ついに復活へ「観光神奈川」!

国内外からのお客様をお迎えする「ホテル・旅館・飲食関連の企業」が皆様の応募をお待ちしています。

- 待ちに待った観光業への就職ノウハウ
- 自分に合った企業の見つけ方
- 外国人の方も安心して働ける職場とは

これらをお伝えするので、事前セミナーから参加してチャンスの掴み方を学びましょう!神奈川の観光を一緒に盛り上げてくれる方、是非ご参加ください。

講師プロフィール

小澤 明人(おざわ あきひと)



リッチビクチャーズ(株)
キャリアファシリテーショングループプロデューサー
人事採用コンサルタント、就活対策・就業力育成コンサルタント
企業研修やビジネススクールの運営・経営に携わること約25年。
日本初の「就活サポートセンター」を立ち上げ、学生・若年層を中心とした
「就職支援」と「企業採用」を連動した新しいしくみを創りあげる。
現在は、多くの企業の採用現場において「辞めない採用」をプロデュース。
併行して全国の大学・自治体・厚生労働省関連事業にて「学生・求職者・
保護者・企業人事・キャリアセンター職員」向け等の講演を年間250回以上
行っている。

会場

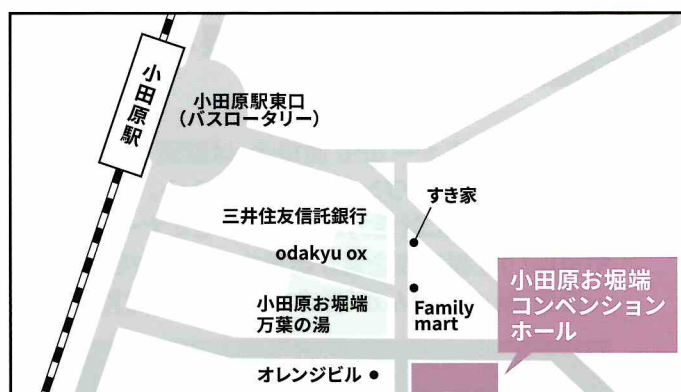
小田原お堀端コンベンションホール

〒250-0011

小田原市栄町1-14-48 ジャンボーナックビル5F

【アクセス】

JR・小田急「小田原」駅 東口徒歩5分



かながわjobのSNSで
最新情報を発信中!!
ぜひフォローしてください!!



LINE公式



Facebook



Instagram



X(旧Twitter)

お問い合わせ



最新の就活イベント情報はホームページをチェック!

かながわjob
イベント
事務局

☎ 0120-703-785 [受付時間] (平日) 9:00~17:00

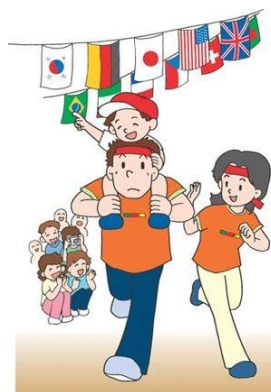
✉ kanagawa_gosetsu@os.tempstaff.jp

かながわjob



～第77回湯本町民運動会プログラム～

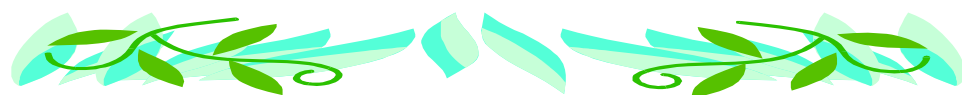
(県民スポーツ週間関連事業)



日 時 令和6年9月29日(日) 9時集合
会 場 湯本小学校 体育館 (雨天決行です。)
主 催 箱根町 箱根町教育委員会 箱根町体育協会
湯本地域自治会連合会
主 管 湯本体育会
後 援 (公財)箱根町文化・スポーツ財団 湯本地区青少年育成連絡協議会
湯本女性会 箱根中学校 湯本小学校 湯本幼児学園
箱根中学校保護者と先生の会 湯本小学校PTA
湯本幼児学園保護者会

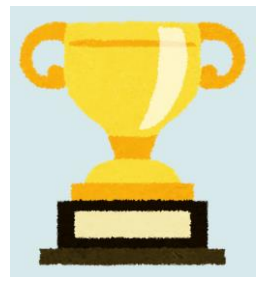
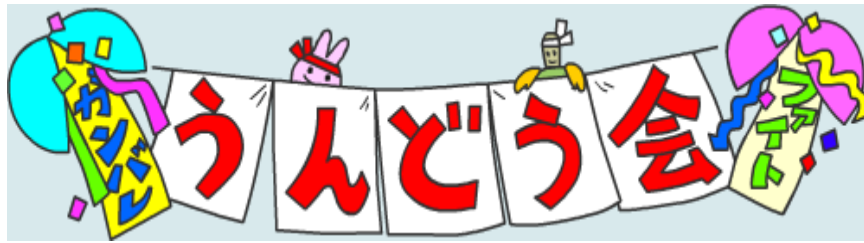
9:15	◎朝のつどい	参加者整列、開会のことば、国旗・町旗掲揚 優勝旗・杯返還、財団記念品授与、湯本町民体育荣誉賞表彰、 大会会長あいさつ、名誉大会会長あいさつ、来賓祝辞、選手宣誓、 審判長注意、町民歌斉唱、いきいきHAKONE体操、競技開始通告
9:50	マーチングバンド箱根21の演奏	
10:05	<u>早く芽を出せ(支部対抗)</u>	
10:20	ホールインワン	
10:35	<u>たま入れ(支部対抗)</u>	
10:55	湯本幼児学園の種目	
11:05	<u>輪投げ(支部対抗)</u>	
11:25	関所破り(小学生以下)	
11:45	おどり(箱根ソーラン座) (箱根ソーラン座・小学生・幼稚園)	
12:05	<u>交換ボールリレー(支部対抗)</u>	
12:30	◎昼のつどい	参加者整列、みんなで体操、成績発表、表彰、お楽しみ抽選会 国旗・町旗降納、万歳三唱

- * 運営上、種目の開始時刻に変更が生じる場合がございます。
- * 当日体育館内で使用できるうわばきを持ってきてください。
- * 体育館内は、水分補給用の飲み物以外食べ物やタバコ、アルコールの持込は禁止です。



○お楽しみ抽選会抽選券は、昼のつどいの参加者に
一人1枚お配りいたします。





箱根町民歌

「和む光の」

作詩 戸上寛子

補作・作曲 藤山一郎

一、和む光の箱根路に
なご ひかり はこねじ
われら すま

我等は住う よろこびを
あ くも たに わ

明けゆく雲と 溪に湧く
りそう ふじがね あお

理想と富士嶺 仰ぎつつ
はこね きようど

たたえよ箱根 わが郷土
はこね

みどりかがや やまなみ

二、緑輝く山脈に
むかし かた すきなみき

昔を語る 杉並木
いにし びと しの

古え人を 偲びゆく
ふきゆう めいえん

不朽の名園 とこしえに
はこね きようど

たたえよ箱根 わが郷土
はこね

三、恵み豊かな高原に
めぐ ゆた こうげん
きぼう たと あし うみ

希望を湛う 芦の海
ほこ たか はこね

誇りも高い わが箱根
もろびといさ つど さと

諸人勇みて 集う里
はこね

たたえよ箱根 わが郷土
はこね きようど

☆朝のつどいで歌うので、忘れずに
プログラムを持ってきました！



体育館内

本部	山崎	仲町	畑宿・須雲川	入口
	神明町	茶屋・滝通り	旭町・湯場・塔ノ沢	

出張健康測定会の開催 ～健康の大切さを再認識しましょう～

血液中のヘモグロビンや血管年齢の測定の他に、野菜の摂取度測定も体験できる「出張健康測定会」を開催します。各測定の所要時間は、2分程度です。申し込みの必要はありません。お気軽にお越しください。（ただし、小学校までのお子さんの測定はできません。）結果もすぐにお返しできます。

この測定会は、はこね健康ポイント（1ポイント）の対象イベントになります。すでにリーフレットをお持ちの方はご持参ください。

【日時】 9月29日（日）10時00分～13時00分

【場所】 湯本小学校体育館近くの測定コーナー

※ 湯本地域の健民祭に併せて開催します。

野菜どのくらい
とれているのかしら？

ヘモグロビンって全身に酸素を
運ぶ役割をしているんでしょ！

簡単に測れるなら
受けてみよう！！



【費用】 無料

【どんなふうに測定するの？】 ※どの検査も簡単で痛み等はありません。

- **ヘモグロビン測定**～センサーに指を乗せ、近赤外分光によってヘモグロビン値を測定します。採血等はいりません。
- **血管年齢測定**～センサーに指を乗せるだけで血管の弾力性をチェックします。
- **野菜の摂取度測定**～野菜（特に緑黄色野菜）を食べると、野菜に含まれるカルテノイドが体に吸収され、やがて皮膚にも蓄積します。これを利用し、センサーから照射された反射光によって皮膚のカルテノイド量を測定します。

【その他】

さくら館 1 階には、未病コーナーが設置してあり、いつでも血管年齢測定や骨の健康度測定などができます。詳しくは、裏面をご覧ください。

また、さくら館の 3 階にある「温水プール」を健康づくりに活かしましょう。さくら館利用者のための送迎車両を運行しています。（ご利用の方は、さくら館にご連絡ください。予約制です。）

未病センターはこね

★さくら館1階・平日（8：30～17：00）

～ ME-BYO（未病）コーナーさくら ～

* ご存じですか？「未病」

ここまでは健康、ここからは病気
と明確に区分できるものではなく、
健康と病気の間で、連続的に変化し
ている状態を「未病」といいます。



* 「未病を改善する」とは？

病気になってから対処するのではなく、普段
から、日々の生活において心身を整え、
健康な状態に近づけることです。

そのために必要なことは、「食」「運動」
「社会参加」など、毎日の習慣です。

* 未病コーナーの内容

・健康機器で健康チェック！ 測定できる内容は4項目です。

- 脳年齢・・・1～25の数字を画面にタッチ。“今日”のあなたのアタマは何歳ですか？
- 血管年齢・・・人差し指を使って、血管の弾力を16秒で測定！
- 骨の健康度・・・5段階（A～E）で、骨の健康度を判定。手首で簡単に測定！
- 足裏・重心バランス・・・足底圧を測り、足の状態と姿勢をチェック

・保健師、栄養士のアドバイス！

気になる数値はもちろん、
健診結果や日ごろの生活習慣について、
いつでもご相談ください。

・未病情報コーナー！

健康教室のご案内。健康レシピの
紹介など、いつでもホットな情報をお
届けします。

さくら館温水プールのご案内

〈開館時間〉 9：00～20：00（入館は19：30）

〈休館日〉 毎週月曜日（祝日は除く）、祝日の翌日（土曜日、日曜日にあたるときは除く）
年末年始（12月29日～1月3日）、プール設備定期点検時（1月下旬予定）

〈利用料金〉 大人（高校生以上）1回300円/人・小人（小・中学生）1回100円/人

※ 定期券や回数券もあります。水着と水泳帽をお持ちください。

照会先：保険健康課健康推進係（さくら館内） 電話（85）0800