

再就職を目指す方へ！ セミナー・ワークショップのご案内

令和7年

10月

WEBや土曜日も！ 一部託児あり！ 無料！

ワークステーションさいたま 2F 再就職チャレンジコーナー

9月8日(月) 9:00より予約受付開始(先着順)

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1	2	3	4
						土曜セミナー 「ビジネスマナー講座」 10:00~12:00 「知らないと損する 労働法(基本2)」 14:00~16:00
5	6	7	8	託児あり	9	10
			就職支援セミナー 「介護と仕事の両立」 10:00~12:00			
12	13	託児あり	14	託児あり	15	16
		初心者向けパソコン講座① 10:00~12:00	初心者向けパソコン講座② 10:00~12:00		ワークショップ 「ポジティブフィードバック」 10:00~12:00	
19	託児あり	20	21	託児あり	22	23
	初心者向けパソコン講座③ 10:00~12:00		初心者向けパソコン講座④ 10:00~12:00		就職支援セミナー 「ストレスから 自分を守る方法 (応用編・認知行動療法)」 10:00~12:00	
26	27	28	29	30	31	1
			Webセミナー 「ストレスから自分を守る 方法(セルフケア)」 10:00~12:00			

託児あり …託児は1歳以上の未就学児に限ります。(各5名)

※各セミナーの詳細や予約方法については、裏面をご覧ください。

※中止や内容を変更する場合があります。

※体調の優れない方や発熱のある方の来所はご遠慮ください。

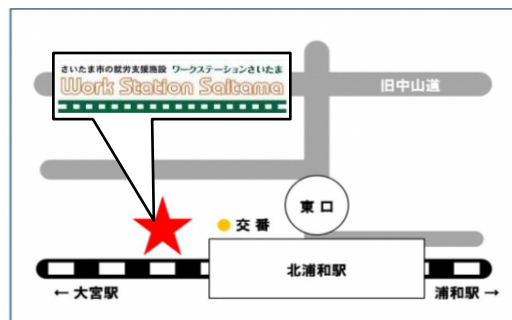
ワークステーションさいたまのご案内

利用時間 9:00~17:00 月曜日~金曜日

(祝休日・年末年始除く)

※土曜日に一部セミナー開催あり

住 所 さいたま市浦和区北浦和3-3-1
北浦和インフォメーションセンター内
(北浦和駅東口すぐ)



2F

再就職チャレンジ
コーナー

2Fの「再就職チャレンジコーナー」は、もう一度働きたい、新しい事にチャレンジしたい方向けの総合窓口です。キャリアコンサルタントによる家庭と仕事の両立相談、「子育て」・「仕事」・「就労支援」などをテーマとした託児付きセミナーやワークショップ、オンライン参加のWEBセミナー、土曜セミナーなどを実施しています。

1F

おしごと相談
コーナー

1Fの「おしごと相談コーナー」ではあらゆる世代の皆様の求職活動を総合的にサポートしています。ハローワークの就業相談・紹介やキャリアコンサルタントによる求職活動のノウハウの提供、適性・適職診断などを行っています。また内職等相談窓口では、内職希望者への求人紹介や、就労に伴う住居、生活上の悩みについての専門の相談機関をご紹介します。



あなたの「働きたい」を総合的にサポート！

各セミナー・ワークショップの内容

就職支援セミナー 介護と仕事の両立

定員20名

介護と仕事の両立のポイントや介護保険制度、育児・介護休業法における両立支援制度を学びながら、介護離職をしないためのポイントとやるべきことを考えましょう。

就職支援セミナー ストレスから自分を守る方法(応用編・認知行動療法)

定員20名

「現実の受け取り方」や「ものの見方」に働きかけて、心のストレスを軽くしていく対処法を学びます。何か困ったことが起きた時、本来持っていた心の力を取り戻し、さらに強くして困難を乗り越えていけるような心の力を育てる方法を身につけます。

Webセミナー
(Zoom使用)

ストレスから自分を守る方法(セルフケア)

定員20名

自分自身の健康を守るために、日常生活や職場でのストレスに気づき、対処できるよう、基礎知識からセルフケアについて学んでいきます。

土曜セミナー ビジネスマナー講座

定員20名

職場や取引先などで好感を持ってもらうため、挨拶や身だしなみ、言葉遣い、電話のかけ方・受け方、ビジネスメールの書き方、「報・連・相」などを学んでいきます。

土曜セミナー 知らないと損する労働法(基本2)

定員20名

「知らないと損する労働法(基本)」の応用編として、雇用保険法や労災保険法を中心に、働くうえでより深く知っておきたい労働法について、クイズ形式で楽しく学んでいきます。

パソコン講座 初心者向けパソコン講座(全4回)

定員10名

就職活動や就労後に役立つパソコン技術を身につけるため、パソコンの立ち上げから履歴書・職務経歴書の作成、基礎的な資料の作成方法などを学んでいきます。

ワークショップ ポジティブフィードバック

定員10名

相手の言葉や行動に対して、肯定的な言葉で伝える「ポジティブフィードバック」。仕事やプライベートで、より良好な人間関係を構築していくために一緒に学びませんか？

専用ホームページから日程の閲覧・予約ができます！

ワークステーションさいたま

検索

公式
Instagram



公式
X



予約・お問合せはこちら ▶ <https://ws-saitama-city.com/>

☎ 048-823-8100 受付時間／9:00～18:00 月曜日～金曜日(祝休日・年末年始を除く)

✉ info@ws-saitama-city.com

所管：さいたま市経済局商工観光部労働政策課

受託事業者：キャリアバンク株式会社

TEL：048-829-1370 FAX：048-829-1944



このチラシは4,000部作成し、1部当たりの印刷経費は3円です。(ワークステーションさいたま運営事業委託料のうち印刷に要した経費です)