

まずは働きたい「自分の今」をよく知る

再就職したいとの思い始めは、あれこれと不安がわきます。大田区ではそんな不安に応える講座やイベントを開催しています。

大田区立男女平等推進センター

「エセナおおた」(P8参照)

不安解消「ママのための再チャレンジ応援ナビ」

2回講座です。第1回は、子どもを預ける不安の解消、子どもにとって母親が働くことのメリット、保育園の選び方などが学べます。第2回は、女性の再就職事情を知り、働く理由を再確認。「スキル」「サポート」「マインド」の三つの視点から、今の自分の就職準備状況をチェックします。

この講座には、子育てに忙しい毎日を通り越しながらも働くことを考え始めた方が多数参加しています。働くこと、育児、家事、全てを一人で抱えてしまいがちな状況から、同じ思いを持つ仲間をたくさん知るだけでも有意義だと

好評です。再就職を考えるにあたっては、まずパートナーとよく話し合うことが大事だと気づく人も多いとか。働きたい気持ちを確認できた人の多くが、翌週からの「お仕事復活ナビ」に継続参加しています。

再就職への準備

「お仕事復活ナビ」

仕事への再チャレンジを促す4回講座。子育て中の女性だけでなく、働きたい全ての女性を対象にし、現在の労働状況や再就職をする上での心構えを学びます。また参加者同士で、各人の以前の仕事内容や、やりがいと共有し、より具体的に働くことのイメージをつかみます。

第1回「自分らしい仕事の見つけ方」では、大森ハローワーク・マザーズコーナーの担当者から、現在の労働状況や求人票の見方の解説。仕事を探す際の優先順位をつけていきます。

第2回「応募書類の書き方」では、履歴書、職務経歴書、添え状の書き方

を確認。第3回「面接の必勝法」では、面接のポイント、よく聞かれる質問などの模擬練習をします。

第4回「キャリアカウンセリング」では、一対一の面談で、今の自分の気持ちを整理。様々な角度から仕事を考え、自分自身で決めていくことの大事さを学びます。

「育児ママのためのパワーチャージセミナー」で仕事復帰へ！

先輩から学ぶ職場復帰と働き続けるヒントの副題つき3回講座。

第1回「何が不安？」復帰のメリット・デメリット」では、女性が働くこととの重要性を社会的背景から考え、復帰にあたって支障になっていることを共有します。第2回「こうすればうまくいく！時間の使い方」では、家事、育児を効率的にこなす時間の使い方を学び、自分なりのバランスを考え、復帰後イメージしたタイムスケジュールを作ります。第3回は、復帰体験者から育児中の時間の使い方や復帰後の工夫点などを聞きます。

将来のキャリアプランを立て、仕事復帰への期待度を高めるこの講座、昨

参加者の声

- 働くことへの不安は自分だけではなく、皆同じだと思えるようになった。次へ進める良いステップになった。
- 仕事への一歩がなかなか踏み出せなかったが、わずかでも踏み出せそう。
- 自分のためにも家族のためにも前進できればいいなと思った。

夏の1回目で復職に向けての期待と不安を聞いたところ、14人中9人が不安！それが最終回では3人に。少しゆううつだった仕事復帰が「よし、やるぞ！」に変わりました。また、受講のために初めて子どもを預ける経験をして自信を得た人も。受講が再就職に向けて一歩を踏み出す契機になっているようです。

この他「エセナおおた」では再就職を考える人を対象に「女性のための就労フェア」も開催しています。「就労フェア」では、仕事と家庭の両立のコツ、なりたいたい自分のイメージワーク、再就職のポイントなどのミニカウンセリング、専門家による就職相談、子育て相談も行っています。