

# 自分に合った働き方ってなんだろう？

## キャリアコンサルティングで自分に合った働き方を一緒に考えてみませんか？



働くお父さんお母さんの悩みや不安は、皆さんそれぞれ違います。

「仕事・家事・育児…気づいたら1日が終わっている」

「子供の体調不良が心配。だけど仕事も心配…」

「限られた子供との時間、これからもこの働き方でいいのかな？」

キャリア形成リスクリング・支援センターでは、現在お仕事をされている方  
ジョブ・カードを活用したキャリアコンサルティングが無料で受けられます。

### キャリアコンサルティングとは…

仕事や働き方について専門家のキャリアコンサルタントと、これからの仕事の取り組み方や、お仕事に関する悩みの相談を個別面談形式で行います。

また、明確でない不安やモヤモヤの原因が何かを探り出し、その解決策を一緒に考えていきます。

### ◆キャリアコンサルティング（個別面談）を受けた方の声

毎日の忙しさでイライラしてしまったり、気持ちの余裕がなくなっていたときに、キャリアコンサルティングの存在を知りました。

私にはキャリアなんて関係ないと思っていましたが、子育てやこれまでの経験全てがキャリアとうかがって、今の状況を親身にきいてもらって、話したことで悩みの原因に気づくことができ、これからのことや大切にしたいことが整理できました。

原因に気づけたことで、気持ちにもゆとりができて、すぐ前向きになれました。



### ◆Q&A

Q：パート勤務だけど相談しても大丈夫？

A：問題ございません。

雇用形態は問いませんので、  
お気軽にご利用ください。

Q：子供が小さくて預けて相談が難しい。

A：PCなど通信環境があれば、ZOOMによる  
オンラインで相談が可能です。ご自宅からや  
お昼休憩のすき間時間でもお待ちしております。

「難しそう」「私には関係ない」などと思われがちですが、なかなか言えない仕事の話や悩みを話すことで整理され気づきが生まれます。これからのキャリアプランやステップアップを考えたい方も是非ご利用ください。

キャリアコンサルティングのお申し込み方法は裏面をご覧ください。

# ゆたか第2保育園様

仕事も家庭も自分らしく両立する未来を描こう

## キャリアコンサルタント個別相談会のご案内

個別相談会：2025年3月25日（火）

キャリアコンサルタントによる無料個別相談会を実施いたします。

ご希望の時間帯にお名前をご記入ください。

時間	お名前
8:00～8:40	
9:00～9:40	
10:00～10:40	
11:00～11:40	
お昼休憩	
13:00～13:40	
14:00～14:40	
15:00～15:40	
16:00～16:40	
17:00～17:40	
18:00～18:40	

※事前予約が必要となります。

※おひとり様の所要時間は40分程度です。

※ご予約は、下記の支援センターまでお電話にてご連絡ください。

お問合せ・ご予約はこちら

### 群馬キャリア形成・リスキリング支援センター

〒370-0831 高崎市あら町167 高崎第一生命ビル 1F

☎ 027-323-5570

✉ carigaku\_gunma@pasona.co.jp