

女性のセカンドキャリア ステップセミナー



[より自分らしく働くため]のスキルアップを目指す方々や
[子育てや介護などによる就労ブランクの克服]を目指す方々に
向けたセミナーを開催します。

全4回を経て「自分らしく働く」1歩を踏み出しましょう！

2026年10月スタート



託児無料



参加費無料

Day1
10.23(金)
10:00 - 12:00

年収の壁に振り回されない！
ライフステージに合わせた働き方とは？

年収「〇〇〇万円の壁」って知っていますか？
自分や家族にとって必要なお金は？国の補償や
サポートは何があるの？正しい知識を得て、
お金のことをどう考えたらいいのかを理解し、
自分らしく働くことを考えてみましょう。

場所：きらら鎌倉 第6集会室
講師：ファイナンシャルプランナー
公的保険アドバイザー

Day2
11.5(木)
10:00 - 12:00

【CAN】
自分を知る！できるを知る！

今までどんな仕事をしてきたのか？これから
もできる事を活かして仕事をしていきたいの
か。まずは「できる」ことを洗い出して、可
能性を広げてみましょう。

場所：きらら鎌倉 第5集会室
※個別キャリア相談も可能

Day3
11.25(水)
10:00 - 12:00

【WANT】
自分らしい働き方を作り出す

「やりたい」「やってみたい」を明確にして
から、仕事を見つける視点が重要。
自分はどんな仕事で「好き」で「得意」
なのかを改めて考えてみて、「わくわくす
る」仕事を探して、明文化してみましょう。

場所：きらら鎌倉 第5集会室
※個別キャリア相談も可能
※セミナー後、ランチ会あり（希望者）

Day4
12.10(木)
10:00 - 12:00

履歴書・職務経歴書を書く

過去の経歴は変えられなくても、その「伝え
方」はいくらでも磨くことができます。Day2
で整理したあなたの強みを活かして、「採用担
当者の目に留まる履歴書・職務経歴書」を作
成してみましょう。私ってこんなに様々なこと
をやってきたのね。と、自分が愛おしくなる書
類を作りましょう。

場所：きらら鎌倉 第5集会室
※個別キャリア相談も可能

参加条件

01. 全4回を通して参加できる人
02. 働くことに関して前向きに考え始めている人

※ 託児サービス利用可能（人数制限あり／先着順）
※ 条件やセミナーについてご質問がある方はお気軽にお問い合わせください



＼ こんな方にぴったり ／

- ・子どもの成長に合わせ「職住接近で働きたい」方
- ・就業ブランクがあり、「再び働き出したい」と考えている方
- ・自分の「やりたい仕事」を見つけたいと考えている方
- ・改めて「キャリアを考え直したい」方
- ・キャリアアドバイザーと連携して
「自分らしく働く」ことをデザインしたい方
- ・キャリアや働き方について、相談できる仲間を作りたい方

先着15名 お申込み受付中

申込締切：10月22日(木)

託児をご希望の方は9/30までに
お申込みください

主催：鎌倉市・かまくら主婦's ネットワーク

問い合わせ：鎌倉市産業課勤労者福祉担当

TEL：0467-61-3853

E-mail：rousei@city.kamakura.kanagawa.jp

