

埼玉県女性キャリアセンター

予約制

参加無料

託児有

就職支援セミナー

2026年
8月
開催

開催案内

女性キャリアセンターでは、「働きたい」女性のために就職活動に役立つセミナーを各種開催しています。自分に必要な情報やスキルを入手しながら就職について考え、学ぶことができます。ぜひ、ご利用ください。

※所内開催時のみ託児サービス(有料・予約制)がご利用いただけます。

※受講には、埼玉県女性キャリアセンターの利用登録が必要です。

ご登録がないとセミナーにご参加できませんのでご注意ください。

詳しくは、ホームページをご確認ください。

※受講状況確認のため、Zoomのビデオ・マイクがオンにできる環境で参加をお願いします。

場所

オンラインまたは
With You さいたま
セミナー室

申込
開始

7月1日(水)

日時	セミナー名	内容	定員
8/6(木) 10:00~12:00	わたしにもできるかも!? ゼロから始めるデジタル系仕事図鑑 ※外部講師(小俣亨氏) 共催(越谷市、朝霞市、三郷市)	デジタルを活用した仕事の種類や必要なスキル、未経験から始めるコツをわかりやすくご紹介。Web制作、SNS運用、デジタルマーケティングなど、今注目の職種をピックアップし、「私にもできそう!」と思える仕事が見つられる内容です。 ・デジタル系の仕事の全体像がわかる ・初心者でも学びやすいスキルやツールを紹介 「デジタル系仕事」に一步踏み出したい方は、ぜひご参加ください!	オンライン 130名
8/19(水) 10:00~12:00	ストレスマネジメント ~こころの健康を保つために~ ※外部講師(松澤利栄子氏)	ストレスの仕組みとその影響を理解し、セルフチェックを通じて現在の自分にどの程度の負荷がかかっているかを把握します。さらに、レジリエンス(心の回復力)について理解を深め、就職活動や日常生活におけるストレスへの具体的な対処法を学びます。最後に、自分に合った対処法の実践計画を作成し、継続的なセルフケアの習慣化につなげます。	所内 30名 オンライン 100名
8/24(月) 10:00~12:00	未経験でも大丈夫、「私」の経験が活かせる 業界・職種みいーつけた ~サービス業・ホスピタリティ職~ ※外部講師(池田千恵美氏)	「私には何もない」と思っていないですか?何気ない日常の経験の中で身につけてきたあなたの能力が、価値あるスキルとして活かされる業界や職種があります。AIやロボットが持っていない「あなた」のチカラが発揮できる業界・職種(具体的な仕事内容)についてお話しいたします。	所内 30名 オンライン 100名
8/26(水) 10:00~12:00	自分らしいキャリアを見つけよう!自分の強み・ 価値観にマッチした適職の見つけ方 ※外部講師(井上訓子氏) 共催(朝霞市、小川町、寄居町)	「自分に合った仕事って、何だろう?」そんな悩みをお持ちのあなたへ。本セミナーでは、自己分析を通じて自分の強み・価値観・興味を掘り下げ、理想のキャリアを見つけるヒントをお伝えします。求人情報の活用法も学べる、実践的な内容です。	オンライン 130名
8/31(月) 13:00~15:00	特別イベント 第1回 幸せに働くためのWell-beingセミナー ウェルビーイングについて知ろう~概要編~ ※外部講師(岩崎 玲子氏) 共催(川口市、狭山市、三芳町)	このセミナーにおける「ウェルビーイング」とは、私たちが自分らしく働き、暮らしていくためにかけがえのない「働く幸せ」を意味します。ご自身のウェルビーイングを高める方法を知って、これからのキャリアや暮らしに活かしていきましょう。	オンライン 80名

※お申込みはWebのみです。HPからお申込みください。オンラインセミナーは、2日前の17:30までにご案内をメールにて送付します。

お子様をお持ちの方へ

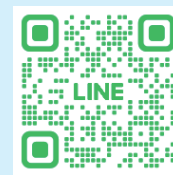
生後6か月~小学校3年生のお子様は、所内開催時のみ託児サービスがご利用いただけます。(1人300円・定員あり)託児のお申込みはセミナー申込時。詳細はホームページをご覧ください。



雇用保険受給中の方へ

ご希望の方には、利用証明書を発行いたします。

友だち追加よろしくお願いします!



女性キャリアセンター
公式LINE始めました

公式アカウントでは、各種イベント案内からピックアップ求人など様々な情報をお知らせいたします。

〒330-0081 さいたま市中央区新都心2-2 ホテルブリランテ武蔵野4階
埼玉県男女共同参画推進センター(With You さいたま)内
TEL: 048(601)5810 / FAX: 048(601)5811
ホームページ: <https://www.pref.saitama.lg.jp/swcc/>

※いただいた個人情報は、当事業運営実施のみに使用し、それ以外の目的には使用しません。

※荒天等の影響により、セミナー中止、延期や内容が変更になる場合があります。

詳細につきましては、実施日前日18:00までにホームページでお知らせいたします。

埼玉県女性キャリアセンターメニューラインナップ

埼玉県女性キャリアセンターのキャリアカウンセラーは、すべて女性です。

面談相談・オンライン相談

要予約
1回45分

就職やステップアップに関する様々なご相談をお受けします。

お子様
同伴可

受付
時間

9:30~17:30
月曜日~土曜日
(日・祝・12/29~1/3・
毎月第3木曜は休館日)

相談
時間

- ① 10:00~10:45
- ② 11:00~11:45
- ③ 13:30~14:15
- ④ 14:30~15:15
- ⑤ 15:30~16:15



予約

048-601-5810

ちょこっと相談

予約不要
1回10分

利用案内やワンポイントアドバイスをします。

お子様
同伴可

相談時間

9:30~17:30
月曜日~土曜日
(日・祝・12/29~1/3・
毎月第3木曜は休館日)

オンデマンドセミナー

オンデマンドセミナーは、センター内で行われる就職支援セミナーをコンパクトにまとめたものです。

「初めてのオンラインコミュニケーション Zoomの使い方」「働き方を考える 年収の壁メリットデメリット」等、ご覧いただけます。



電話相談

予約不要
1回15分

今すぐ聞きたい、空き時間に相談したいという方は、電話相談をご利用ください。

※電話料金はご利用者様のご負担となります。

相談時間

月曜日~金曜日 ※土曜日はお休み
(日・祝・12/29~1/3・
毎月第3木曜は休館日)

- ① 10:00~11:30
- ② 12:30~16:30

電話相談
専用

048-601-1023

埼玉県「女性の『働く』を応援する ワンストップサイト」

働く女性、働きたい女性の抱える様々な疑問、悩み、関心に対してワンストップで情報提供します。

全ての女性が、その意欲と能力に応じて自分らしく生き生きと働くことができるよう「寄り添い」、「応援する」サイトです。

ぜひ、アクセスしてみてください。



ホームページ



X

お問い合わせはこちら

※セミナーのお申込みはWebのみです

048-601-5810

受付時間

9:30~17:30 月曜日~土曜日
(日・祝・12月29日~1月3日・毎月第3木曜日・
臨時休館日を除く)



就職支援などのセミナーについては裏面をご覧ください。

埼玉県女性キャリアセンター

検索



JRさいたま新都心駅 徒歩5分 / 北与野駅 徒歩6分

※利用者様用の駐車場はございませんのでご了承ください。