

自分らしい働き方ってなんだろう？

# ジョブカフェエさくらで

## 見つけよう！

あなたの就活や働く上での悩み、  
まずは聞かせてください

「地元で就職・転職したいが決まらない」「今の職場になじめない」「復職できるか自信がない」など、自分がどのように働きたいか、どのような仕事が合っているのか迷い、焦りだけが募る…。そんなとき、誰かに話を聞いてもらいたいと思いませんか？

ジョブカフェエさくらでは、就業に関する悩みを持つ人や就職活動を行う人をサポートしています。特に心がけているのが、「対話を通して、その人らしい働き方を一緒に見つけること。4人の就労支援相談員が、仕事の悩みはもちろん、将来に対する不安、子育て・介護・治療との両立など、日常生活も含めて相談に乗っています。



就活支援キャリアクター「さくらちゃん」とスタッフの皆さん

さらに、社会との関わりにくさを抱く若者には、社会参加のきっかけとなる場を提供。ひきこもりから抜け出し、自立しようとする人の背中をそつと押しします。

北上地区合同庁舎1階にある同所には、求人情報や採用試験案内などの情報コーナー、適職診断ができるパソコンコーナーがそろっています。相談は対面だけでなく、LINEで受け付けるなど、問口を広げて対応。キャリアコンサルタントとして企業のキャリア研修と面談（セルフ・キャリアアドック）を行い、従業員の活力を引き出して組織の活性化につながる役割も担います。

人も働き方もいろいろ。迷ったら気軽に立ち寄ってみてください。スタッフの皆さんが、いつでも明るく親身な姿勢で迎えてくれます。

ジョブカフェエさくらは、北上市と西和賀町での就労を支援する機関です。学生や若者だけでなく、定年退職者、転職・結婚などで転入した女性、社会参加が困難な人の就労支援まで展開しているところが特徴。単なる就職のマッチングにとどまらず、求職者や就労者が抱える個々の悩みも含めてじっくり聞き、一緒に考えます。就労に迷ったら、ジョブカフェエさくらで自分らしい働き方を見つけませんか。

**問い合わせ** ジョブカフェエさくら ☎63-3533

### スタッフ紹介

キャリアコンサルタントの国家資格を生かして、皆さんの相談に応じます。



センター長  
佐藤 良子 さん

私たちスタッフが最も大切にしていることは、個別相談（カウンセリング）です。自分自身の人生を考えると、仕事は大事な要素の一つになります。だからこそ、思いを話してもらった上で、その人の望ましい就業選択やキャリア開発を一緒に考えながら、関係機関と連携して支援しています。

キャリアとは、仕事も含めた人生全般を意味し、価値観や生き方に深く結びつく言葉です。皆さんが仕事を通して幸せな人生を描くことができるよう願っています。

## その悩みにはこれ！就活サポートいろいろ

各セミナーの開催日時、場所などはジョブカフェさくらへお問い合わせください。

👉 志望動機を書いたり面接で考えを伝えるのが苦手…

### ■就活サポートセミナー 基本のき

応募書類の書き方や面接対応の講座です。苦手な人が多い志望動機や自己PRの書き方、伝え方などを学ぶことができます。ブランクがある人や定年退職の皆さんも参加できます。毎月開催を予定しています。

■定員…6人(先着順、最少催行人数3人)

※当セミナーはハローワークの求職活動実績となります。

👉 将来必要なお金と生活のバランスから働き方を考えたい

### ■ライフプランニングセミナー

ワークライフバランスの考え方、資産の増やし方や資産運用制度の解説、必要な保険などを学び、自分らしい働き方と生活をお金の観点から考えます。3回シリーズで年2回開催しています。

※当セミナーはハローワークの求職活動実績となります。

👉 初めての北上での働き方や暮らし方に不安…

### ■転妻(転勤族の妻等)カフェ

転勤や結婚・移住で北上に転入した人が、知らない土地での働き方、暮らし方の不安や悩み、解決策などを話せる場です。先輩転入者からのお話を聞くこともできます。来年度から年2回の開催を予定しています。

※当セミナーはハローワークの求職活動実績となります。

👉 地域の会社や業界の話聞いて就活の参考にしたい

### ■若手経営者層に聞く！しごと・トークライブ

市内企業経営者の皆さんに、業界のことや仕事の様子、経営理念などをお話しいただくトークセッション。年2回開催しています。

👉 働かなくちゃと思っても、一歩が踏み出せない…

### ■LINE相談「Step Forward」

来所ができない人や対面での会話が難しい人などを対象に、LINEで相談を受け付けています。就活や転職の相談だけでなく、読んで前向きになれるコラムも発信中。まずは登録してStep Forward(前へ踏み出そう)！



👉 人とのコミュニケーションが苦手…でも変わりたい！

### ■若者セミナーOrigin

Originとは「原点」の意味。素の自分で今の気持ちを話せる場所として、20～30代の仲間が集まり、会話することから始めます。また、ボランティア活動を通して、社会との接点を少しずつ広げます。参加者の中には、ひきこもりから抜け出し、働き始めた人も。歩み出した人が、いつでも戻れる場所でもあります。申し込みもありません。

■とき…毎月第4木曜日10時～12時

■ところ…同ジョブカフェ

※セミナー参加者の体験談は、市民の仕事への思いを紹介するサイト「きたかみ仕事人図鑑」に掲載されています。



ホームページ



Facebook



Twitter

私とジョブカフェさくらとの出会いは、家族の転勤で北上に越えてきて、街の情報を集めようと何気なく立ち寄ったことからでした。似たような立場の女性が集まるセミナー「転妻(転勤族の妻)カフェ」では、先輩転妻として参加。今では、ジョブカフェのスタッフとして働き、他のスタッフ全員が持っている国家資格の取得に向けて、私も準備中です。相談者の就職が決まるとうれいすし、自分自身もこの仕事を通して成長していると感じます。



就労支援相談員  
驚津 友紀 さん