



グッジョブセンターおきなわ・ハローワーク那覇

第1回 親子で安心♪ パパ・ママ就活セミナー

食事力×メンタル力で勝負！



私の輝く生き方

一日の始まりは  
食事から！

健康的な食事は  
体力・気力・集中力  
をアップさせます！

♪スーパーで購入できる食材で

簡単に心と身体をメンテナンス！

♪子育てや就活に欠かせない健康について

一緒に学んでみませんか？



当セミナーは求職活動実績の対象となります(詳細は裏面記載)

日時：平成30年7月24日(火) 10時～12時

※お子さまの預かりは、9時から可能です。

場所：官公労共済会館(3F)・託児室(B1)

那覇市泉崎2-105-18 3F (地図は裏面参照)

講師：宮國 由紀江氏 (国際中医薬膳師・栄養士)

定員：計12名 ※要予約 (人数に達し次第締め切り)

締切り：(託児申込み) 7月17日(火)15時

対象：未就学のお子さまがいらっしゃる就職活動中のパパ・ママ

内容：就職に向けて動き出すための健康的な心と身体づくり♪グッジョブセンターおきなわ、ハローワーク那覇マザーズコーナーから役立つ情報提供♪

受講無料

要予約

託児  
無料

## パパ・ママ

セミナーの内容や、同じ悩みを持つパパ・ママとの交流を通して子育てや就職活動のヒントが得られるかも！他にも、グッジョブセンターおきなわ、ハローワーク那覇マザーズコーナーからパパ・ママへ役立つ情報提供を行います！



## お子さま

セミナーと並行して保育スタッフがお子さまを預かるので安心です。お子さまにとっても集団保育の体験は、就職が決まった際のスムーズな託児・保育所移行の訓練にもなります！



### これまでのセミナー参加者・託児利用者の声



同じ立場・悩みをもつママ同士の交流が役立った

託児つきでリフレッシュできた

子どもが託児に慣れると就職のときにも安心

前向きに仕事&子育てのことを考えられるようになった



#### 【講師紹介】宮國 由紀江氏（国際中医薬膳師・栄養士）プロフィール

1970年生まれ うるま市在住 2児の母 現在は主にうるま市にて教室を構え、薬膳師を目指す方へ養成講座を開校し活動している。現在は国際中医師をめざし国立北京中医薬大学 通信卒業・うるま市健康増進課『女性を対象に健康セミナー』・沖縄県栄養士会『薬膳で糖尿病管理』講演・南城市『就職支援基金創造』薬膳セミナー人材育成・ほーむぶらざへ薬剤メンテ掲載中・月に1度NHK料理コーナー出演・その他、講演・セミナー開催

## ～お申込み方法～

グッジョブセンターおきなわまでご連絡、または直接窓口にてお申込みください。

グッジョブセンターおきなわ

〒900-0021 那覇市泉崎 1-15-10

TEL: 098-865-5006 担当 石川

(平日 9時～17時まで 土曜・日曜・祝祭日除く)

❖ 初めてグッジョブセンターおきなわをご利用される方は、事前にセンター受付、利用カード作成が必要です。

グッジョブセンターおきなわHPでも、センターからのお知らせを随時UPしています。携帯電話でも対応！ 【HP】 <http://gjcenter.jp/>

QRコード



官公労共済会館(託児B1、セミナー室3F)  
那覇市泉崎 2-105-18

※お車の場合は県民広場地下駐車場をご利用いただけますが、台数に限りがありますので予めご了承下さい(無料券発行します)。

