

女性のための起業入門講座

ビジネスプランを具体化し、起業への道筋を立てよう

(全3回)

起業を検討している、または起業に向けて動き始めている方向けの講座です。

全3回の講座を通じて、経営資源「人・物・お金」や、事業計画の立て方など、起業に向けて必要な基礎知識を学びます。同じ想いを持った仲間と、共に学び、夢を実現するための一歩を踏み出しましょう。

2 パルシティ江東3階 ① 3年以内に起業を検討中の女性16人(全3回参加できる方を優先し、抽選) ② 無料 ③ 講師 渡邊奈月(中小企業診断士、マーケティング・プランナー) ④ 保 幼児(1歳6か月〜就学前)10人程度(無料・申込時要予約) ⑤ 9月25日(日) ⑥ 区ホームページまたは男女共同参画推進センターに電話、窓口で

① 10月16日・23日・30日(日曜全3回) 午後2時〜4時半 ② 男女共同参画推進センター 第1・2研修室(扇橋3-22-1) ☎(5683)0341 FAX(5683)0340

自分らしい人生の終い方

「あなたは「終活」どうしますか?」

人生の終焉が近づくにつれ、自分の人生の終わり方や終わった後の事が頭をよぎると、誰しも不安にさいなまれるものです。この講座では、近年の価値観の変化に合わせて、どのような準備をすれば良いかを学びます。終活を深刻に考え過ぎずに前向きに捉え、自分の気持ちや希望をリストにしたり、モノ・コトを整理したりするためのヒントにしましょう。

10/15(土) 10/26(水)・27(木)

子育てママの再就職準備講座

出産や育児等で一旦離職して再就職を希望する方や、育児と仕事の両立を目指す方を対象とする女性向けセミナーです。職務経歴書の書き方など就職活動の進め方と、働くうえで知っておきたい社会保障制度について、再就職に役立つ情報をわかりやすくご説明します。

① 10月26日(水) 午後2時〜4時 ② 10月27日(木) 午後2時〜4時 ③ 総合区民センター7階第5会議室(大島4-5-1) ④ 育児と仕事の両立を目指す方等各12人(申込順) ⑤ 無料 ⑥ ①これで大丈夫!! 就職活動

こうとう若者の女性しごとセンター 10月度セミナー 参加者募集

①②求職者向け「怒りの感情コントロール術〜アンガーマネジメント講座〜」等を開催します。怒りのメカニズムや対処法を学び、「感情のマネジメント」方法を身につけます ③企業向け「社員の定着と成長につながるメンター制度って何?」等を開催します ④ 下表のとおり ⑤ ①③こうとう若者・女性しごとセンター(亀戸2-19-1カメラプラザ9階) ② 下表のとおり ⑥ 無料 ⑦ 9/15(木)9:30から、⑧ ①電話またはホームページで⑨ホームページで(申込順) ☎①25836-5160②5836-5161、FAX3637-2351 HP https://koto-shigoto.jp/

日程	対象	定員	テーマ
10/5(水)10:30~12:30	どなたでも	10人	職場で求められるPCスキル講座-実務PowerPoint編-
10/14(金)10:30~12:30	どなたでも	10人	職場で求められるPCスキル講座-実務Excel編-
10/17(月)10:30~12:30	どなたでも	32人	職場で活かせるコミュニケーション術
10/19(水)14:30~16:30	どなたでも	32人	働く上で押さえておきたいハラスメント基礎知識(オンライン受講可)
10/26(水)10:30~12:30	どなたでも	32人	変化の時代に適応するキャリアデザイン講座(オンライン受講可)
10/27(木)10:30~12:30	どなたでも	32人	受かる応募書類のためのワンポイント講座
10/28(金)10:30~12:30	どなたでも	32人	準備しておけば大丈夫! 面接対策講座

日程	対象	定員	テーマ	会場
10/25(火)14:30~16:30	求職者	16人	怒りの感情コントロール術 アンガーマネジメント講座	森下文化センター第1研修室(森下3-12-17)

※セミナーのお申し込みには、センターの利用登録が必要です。
※すべての講座で、受講が初めての方を優先し、申込順。月に3講座まで予約可。
※すべてのパソコン講座の受付期間は9/21(水)までで、区民の優先枠(5割)を設け抽選。9/24(土)当センターホームページで当選者IDを発表します。
※実務Excel編は、簡単な表作成や四則演算ができる方が対象。
※実務PowerPoint編は、Word&Excelの基本操作をマスターされている方が対象。

日程	対象	定員	テーマ
10/13(木)10:00~12:00	区内中小企業の経営者、総務・人事担当、管理者	32人	「中途採用術2022」〜採用から始まる! 職場定着〜(オンライン受講可)
10/20(木)10:00~12:00	区内中小企業の方(経営者・従業員)	32人	社員の定着と成長につながるメンター制度って何?〜中小企業のための活用と導入方法〜(オンライン受講可)

どんな仕事か知りたい! 業界職種勉強会

業界研究セミナーと、区内に拠点を構える企業の担当者から企業の情報や雰囲気、仕事内容などリアルな情報を聞く事ができます。就職活動中の方はもちろん、これから就職活動を始め方も参加できます(参加予定企業4社。業界・建設、ITソフトウェア、保育、製造)。

① 10月15日(木) 午前9時から ② 区ホームページまたは男女共同参画推進センターに電話、窓口で ☎(5683)0341 FAX(5683)0340

① 10月15日(木) 午前9時から ② 音川敏枝(金融広報アドバイザー) ③ 9月15日(木) 午前9時から ☎(3647)8442 FAX(3647)8442

ゼロカーボンを江東の実現に向けて

令和2年度に江東区内の各家庭から排出された燃やすごみの量は51,483t、そのうち12%の6,178tが食品ロス(手付かずの食品と食べ残し)と推計されています。地球温暖化にどのような影響を及ぼしているのでしょうか。



食品ロスとCO2排出はどのような関係が? 清掃工場でごみを燃やす際にはCO2が排出されます。また、ごみ集積所から清掃工場までごみを運ぶ際にもCO2が排出されています。食品ロスを削減することができれば、燃やすごみの量が減り、焼却・運搬時に排出されるCO2の量も自然と減少します。「ごみを減らす」「食品ロスを発生させない」ことは地球温暖化防止に大きく貢献することにつながります。

身近な食品ロス削減 今日からできる! 身近なところから食品ロス削減に取り組みます。できることから始めてみましょう。○食事を食べ残さない 自分にあつた適量を知り、食事の支度や外食時の注文量に注意しましょう。○必要なものを必要な分購入 買い物の前に冷蔵庫をチェックしましょう。あるものだけで料理をしてみるのも一案です。○賞味期限と消費期限の違いを知る 賞味期限は「おいしく食べられる期限」、消費期限は「安全に食べられる期限」です。賞味期限が切れていても、まだ食べられるかどうか判断することも大切です。ほかにも「フードドライブの利用」などの取り組みがあります。身近な問題の解決が地球環境を救うのかもしれない。

清掃リサイクル課 ☎(3647)9181 FAX(5617)5737