

### 自分の強みの見つけ方

これまでのあらゆる経験を書き出して、掘り下げてみよう。

対象: 仕事・子育て・地域活動など

- 【何が】何にやりがいや楽しさを感じたか  
何をしている時に主体的に動けたか  
早く覚えられた(得意)なことは何か など  
プラス要素を書き出していこう。
- 【なぜ】どうして楽しかったのか、  
逆に、どうして嫌だったのか

こんな方法も…

毎日の料理づくりを思い浮かべてみよう。  
あなたはどの工程が一番好き?それはなぜ?

1. 何を作るか考える
2. 材料を買う(選ぶ行為、価格重視など)
3. 料理をする
4. 盛り付ける
5. 食べてもらう

例えば、3なら「形になっていく工程が好き=ものづくりが好き」、5なら「料理を誰かが食べて喜ぶ顔を見るのがうれしい=フィードバックがもらえることが好き」など、自分が本当にやりたいことや自分の傾向が見えてきませんか?

「ゼロじゃない  
ブランクは  
ゼロじゃない」

仕事探しをする前に、ぜひ覚えておいてほしいことがあります。それは、「経験がない仕事はできない」とか「得意分野以外のことはできない」と思い込まないこと。潜在的な力を秘めているかもしれないのに、自分

「何に」対してポジティブになれたのか、また「なぜ」できるのか、より「やりたいこと」を「おもしろそう」と思った仕事にこそ、かか

「こんなことがしたい」とオープンに話してみよう。人との新しい繋がりができたり、求人に関わる情報ももらえることもあります。仕事は第二の人生の始まり。世の中は急激なスピードで変化しているのだから、過去にとらわれず、前を向いて進んでいきたいと思います。

### この方に伺いました

キャリアコンサルタント  
認定メイクセラピスト  
小島浩子さん



神戸を拠点に大阪、京都など関西圏にてキャリアについての不安・悩みをサポートする。マンツーマンや企業でのセミナーや講演、研修などを通じて、就活支援や採用コンサルタントを行う。

「住みなれた街で働きたい」  
そんなアナタを待ってます!

## お仕事情報



### 自分の強みを知って 仕事探しに活かそう

一度離職すると、復帰するにも「ブランクがあるから」「経験が少ないうえに弱気になりがち。でも、子育てを乗り越えたママだからこそ持っている力があるはず。本当にやりたいこと、本当の強みを見つけて、天職と言える仕事を探しましょう。

自分で自分の可能性を狭めてしまうことになりま。ブランクが長くても、その間にさまざまな経験を積み上げ、人として大きく成長していきま。特に子育て中の経験は大きいはず。まずは自分の過去を棚卸しして、持ち味や強みを見つけてみましょう。

「そんなことがしたい」とオープンに話してみよう。人との新しい繋がりができたり、求人に関わる情報ももらえることもあります。仕事は第二の人生の始まり。世の中は急激なスピードで変化しているのだから、過去にとらわれず、前を向いて進んでいきたいと思います。

「こんなことがしたい」とオープンに話してみよう。人との新しい繋がりができたり、求人に関わる情報ももらえることもあります。仕事は第二の人生の始まり。世の中は急激なスピードで変化しているのだから、過去にとらわれず、前を向いて進んでいきたいと思います。

### 小島浩子さんのオフィス Bloom Office

働く女性へのキャリアカウンセリングや働き方アドバイス、人材育成コンサルティングのほか、キャリアメイクも行っている。

【キャリアメイクとは】メイクセラピーを通して「なりたい自分」「魅せたい自分」にふさわしい印象をメイクで表現できるようアドバイス。就活・転職時の面接官への好印象のみならず、自分への自信にもつながる。

☎078-325-5077 <http://bloomoffice.net/>

## 学研のせんせい 募集中!



「おかえりなさい」を我が子に言える。  
そんな素敵なお仕事始めませんか?  
指導方法・運営方法は専門スタッフが  
しっかりサポートさせていただきます。

貸教室も募集中!

6畳以上のスペースの貸会場提供(週2回・月2万円程度)も随時登録受付中!  
詳細はお電話にてご相談ください。

説明会のお申し込み・お問い合わせは  
学研教室 阪神事務局  
〒665-0845 宝塚市栄町2-2-1 ソリオ3-3F  
GE学研エデュケーション 関西支社

0797-81-3806

受付/月~金 9:00~17:00(土日祝を除く) [担当:坪田・古巣]  
土日祝OK!! ホームページからも  
資料請求・説明会のご予約ができます。

### 説明会日程

4月 3日(火) お子さま連れOK!!  
12日(木)・26日(木)

5月 1日(火)  
【場所】学研教室 阪神事務局  
(JR・阪急宝塚駅前ソリオ3-3F)  
10:00~12:00/14:00~16:00  
※ご都合の良い時間をお選びください。  
説明会日程以外でも、  
担当がお近くまでお伺いし、説明させていただきます!!

### Cafe説明会

4月18日(水)  
【場所】尼崎市の  
レトロなCafe  
10:00~16:00(約1時間)  
※ご都合の良い時間をお選びください。  
※詳細場所は電話にてお伝えします。



### エステセラピスト(メナードレディ)

週2~3日からOK! 未経験も大歓迎です!

CMでお馴染みのフェイシャルエステです。充実した無料の研修制度(※1)でイチから本格的な美容の知識を学ぶことができますので、未経験の方も大歓迎です。ノルマはなく、週2日、1日3時間から勤務OKで、他に仕事されている方も無理なく自分のペースで取り組むことができます。営業時間中の自由な時間で働け、子育てや家事に忙しい多くの方が活躍していますので、ぜひご相談ください。働きながら、キレイへの知識を磨きませんか?

※1別途ユニフォーム等の費用が必要となる場合がございます。

### メナードフェイシャルサロン 芦屋駅前店

芦屋市船戸町7-22 アルト芦屋106  
営/9時~19時 日曜定休  
☎0797-62-6024  
<https://www.menard.co.jp/shop/00451100s/>

### 求人概要

勤務地: メナードフェイシャルサロン 芦屋駅前店  
芦屋市船戸町7-22 アルト芦屋106  
【職】エステセラピスト(メナードレディ) 時 9時~19時 営業時間中の自由な時間で働けます。1日3時間、週2日以上(応相談) 休 日祝定休 給 1人施術1,000円~(完全歩合制) 待 交通費応相談、自転車・マイカー通勤OK 資 未経験可・研修制度あり(無料)、20歳以上(学生除く)、未経験可 営 営業時間内にお気軽にお電話ください。



### 縫製アシスタント

年金受給者大歓迎! 午前中の空いた時間を上手に使う!

【職】縫製アシスタント 時 7時~12時 ※シフト制 ※週1日からでもOK ※時間は応相談 時 850円(歩合により加算有) 給 全額支給 資 ミシンで縫製作業の経験がある方。年金受給者大歓迎。☎電話でご応募下さい。

### nomadocco(ノマドッコ)

神戸市東灘区岡本1丁目14-6-102  
☎090-5653-5094 <https://www.nomadocco.com/>

阪急岡本駅徒歩1分  
JR摂津山本駅徒歩3分



おしゃれな店舗兼工房です。空いている時間を上手に使って元氣な毎日を過ごしましょう!

## ロハスフェスタ 南港

2018 SUMMER

ロハスフェスタ初の屋内開催!

日時: 2018年7月14日(土)・15日(日)・16日(月・祝)

場所: インテックス大阪3号館  
大阪市住之江区南港北1-5-102

ロハスフェスタの手作り雑貨・ワークショップなど勢ぞろい!  
2018年3月下旬出展者募集開始!  
詳細はロハスフェスタ公式WEBにて近日公開!!

主催:ロハスフェスタ実行委員会  
<http://event.lohasfesta.jp>

## 地域サークル ~神戸・阪神間で元気に活動するサークルをご紹介します~

### NPO法人 つなご (阪神間)

弁護士や臨床心理士、養護施設職員、医師など、子どもの虐待問題に関わってきたメンバーが、居場所のない子どもが一時避難できるシェルターの必要性を痛感し、NPO法人を設立。東京への視察など3年の準備期間を経て、2017年9月に兵庫県初の子どもシェルター「こころんハウス」を開所した。各分野の専門家のほか、食事作りや話し相手などのボランティアのサポートを得て、児童相談所などと連携しながら、心のよりどころを失った子ども達に安心して過ごせる場所を提供。すでに4名が家庭復帰や里親など、次のステップへ進んでおり、「行き場を失った子どもたちに居場所を提供して、しっかりサポートしたい」と副理事長で弁護士の曾我智史さんは意気込む。まだまだボランティアが足りないので、興味のある方はぜひ養成講座を受けてみて。

スタート/2017年2月  
問/メール [hyogo.shelter@gmail.com](mailto:hyogo.shelter@gmail.com)  
<https://www.facebook.com/kokoronhouse/>



次のボランティア養成講座は4月14日(土)に神戸市産業振興センターで開催予定。今後はシェルター退所後に長期滞在できる自立援助ホームの設立や、男子シェルターの設立、各機関との協働連携などの目標を掲げる。