

多様な価値観や選択肢がある中で、あなたの大切にしたい「働き方」「生き方」は？
将来への漠然とした不安を整理しながら、自分に合ったかたちを見つけるヒントを学びます。

先着 15人
要申込

参加
無料

託児無料
要申込

このままでいいの不安

受講者満足度
100%

(※R8年3月実施セミナーアンケートより)

見つけよう私の働き方・生き方

ライフデザイン セミナー

第1回 自己分析に挑戦！自分らしい働き方・生き方を見つけよう

令和8年 7月30日(木) [9:30～12:00]

診断テストを通じて、「どんな仕事があるか」「どんな性格なのか」を整理してみましょう。

第2回 ライフプランについて考えよう

令和8年 8月4日(火) [9:30～12:00]

ライフイベント表を作りながら、自分が大切にしたいお金の使い方などを整理し、これからのライフプランについて考えてみましょう。時間を上手に使うコツ（タイムマネジメント）も学べます。

会場：メイトム宗像結工房

対象：次のいずれかの女性市民で2回のセミナーを受講できる人

- 結婚、出産、育児、介護などで離職している
- 非正規で働いている

個別相談あり（希望者のみ・おひとり30分）

本セミナー参加者限定の個別相談です。今後の働き方や再就職に向けた不安、キャリアに関する疑問などに、講師の藤谷さんがお応えします。

講師紹介



ルビナスネットワーク代表取締役
藤谷 明美さん

■ 国家資格キャリアコンサルタント / ファイナンシャルプランナー ■

40年以上にわたる会社勤め・転勤等を通じ、子育て&仕事の両立の厳しさを痛感。その経験を活かし、子育て中の女性が働きやすい職場環境を作り、就業支援、キャリア支援を行っている。

自分にあっただ
ライフプランって
なに？

申込みはこちら



申込み締切日：令和8年 7月22日(水)

問 TEL:0940-36-0048 宗像市男女共同参画推進課

「宗像市リカレント教育支援事業補助金」や、補助金対象資格講座（男女共同参画推進センターゆい主催）の詳細は裏面をご覧ください。



宗像市リカレント教育支援事業補助金

結婚や介護などの理由で離職し、再就職を目指す方などを対象に、資格や免許の取得費用の一部を補助します。

対象者

市主催の対象セミナー受講者のうち以下の全てに該当する方

- 結婚・出産・育児・介護などのために離職中または非正規雇用形態で働いている
- 就労または起業を目指している

資格

厚生労働大臣指定教育訓練講座を修了して取得できる資格・免許

※市主催の対象セミナー受講後に取得したものに限り



補助対象経費

- ①資格・免許を取得するための講座等の受講料と、その入学金や授業料
- ②資格試験等の受験料 ③教材費 ④登録料、登録免許税

補助金額

資格・免許を取得するために支払った費用のうち補助対象経費の2分の1(上限5万円)



リカレント教育支援事業補助金についての詳細はこちら

男女共同参画推進センターゆい

リカレント教育支援事業補助金 対象の資格取得講座スケジュール

2026年～
2027年

※今回のライフデザインセミナー受講後に、下記①②を受講して資格をとった場合は上記補助金の対象になります。

	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
講座名	ライフデザインセミナー		← ①医療事務講座 →				← ②エクセル2級検定講座 →		
開催日	第1回：7/30 第2回：8/4		期間：9/4～11/6 毎週 火曜日・金曜日 【祝日を除く全17回】				期間：1/15～3/2 毎週 火曜日・金曜日 【祝日を除く全13回】		
内容	おもて面をご覧ください。		医療事務スタッフに求められるスキルと専門的な知識を学ぶ、「メディカルクラーク（医科）」資格取得講座です。				関数や計算式の活用、表やグラフの作成、データ集計など実務に役立つスキルを学ぶ、エクセル2級資格取得講座です。		
備考	申込締切 7/22 水		申込受付中				10/15 木 から申込開始予定		
問合せ	TEL:0940-36-0250 宗像市男女共同参画推進センター「ゆい」								

>> 補助金交付までの流れ (上記①医療事務講座を受講して資格取得した場合の例)



就職でお悩みの方を全力でサポート！ / 無料相談



宗像市 就労サポートセンター むなぼーと

宗像市役所 北館2階 (ふるさとハローワーク横)
〒811-3492 宗像市東郷一丁目1番1号

就職でお悩みの方を対象に、適性検査、仕事探しのアドバイス、応募書類の添削・アドバイス、面接対策などをサポートします。

対象者

子育て等のために長期に就労をしていない女性や就職氷河期世代の方など、就職活動において悩みを抱えるすべての方



むなぼーと就職相談の予約はこちら

就職のお悩み、お聞かせください！



正社員で働きたい

就職活動に自信がない

プランクがあって不安

