

埼玉県女性キャリアセンター

予約制

参加無料

就職支援セミナー 開催案内

2026年
1月
開催

女性キャリアセンターでは、「働きたい」女性のために就職活動に役立つセミナーを各種開催しています。自分に必要な情報やスキルを入手しながら就職について考え、学ぶことができます。ぜひ、ご利用ください。

※受講には、埼玉県女性キャリアセンターの利用登録が必要です。

ご登録がないとセミナーにご参加できませんのでご注意ください。

詳しくは、ホームページをご確認ください。

※受講状況確認のため、Zoomのビデオ・マイクがオンにできる環境で参加をお願いします。

場所

オンラインまたは
外部会場 (1/29※)

申込
開始

12月1日(月)

日 時	セミナー名	内容	定員
1/13(火) 10:00~12:00	働く上で知っておきたい 労働法の知識 ※外部講師(社会保険労務士 市川恵氏) 共催(志木市、新座市、白岡市)	雇用契約、労働時間、休日や残業、給与明細の見方など、再就職に向けて知っておきたい労働法の基本を、実例を交えてわかりやすく解説します。自分らしい働き方を考えるきっかけとして、ぜひ知っておいてほしい内容です。 【用意するもの】電卓	オンライン 130名
1/19(月) 10:00~12:00	ストレス解消と 良眠の魔法セミナー ※外部講師(大島睦美氏) 共催(所沢市、深谷市、蓮田市)	私たちは日々ストレスとともにあります。ストレスを軽減するための心理的アプローチや対処法、セルフケアや睡眠の質を向上できる知識や方法など、リラックスとリフレッシュアップできる日常のヒントについてお伝えするセミナーです。	オンライン 130名
1/27(火) 10:00~12:00	わたしにもできるかも!? ゼロから始める デジタル系仕事図鑑 ※外部講師(小俣享氏) 共催(上尾市、富士見市、八潮市)	デジタルを活用した仕事の種類や必要なスキル、未経験から始めるコツをわかりやすくご紹介。Web制作、SNS運用、デジタルマーケティングなど、今注目の職種をピックアップし、「私にもできそう!」と思える仕事を見つけられる内容です。 ●デジタル系の仕事の全体像がわかる ●初心者でも学びやすいスキルやツールを紹介 「デジタル系仕事」に一步踏み出したい方は、ぜひご参加ください!	オンライン 130名
1/29(木) 13:30~16:00	特別イベント 合同企業説明会 ～業務理解を深めて就職に繋げよう～	《今年度ラストチャンス!》人気の事務職を中心とした企業が集まる特別イベントを開催します。 「未経験から事務職に挑戦したい」 「女性デジタル人材育成講座で学んだスキルを実務で活かしたい」 複数の企業担当者から仕事内容や求める人材像について直接話を聞くことができる貴重な機会です。 ※参加企業は随時、HPにて公開いたします。 ※託児サービスはありません。	外部会場 50名

外部開催



会場案内はこちら

お申し込み方法

お申し込みはWebのみです。HPからお申込みください。
オンラインセミナーは、2日前の17時30分までにご案内をメールにて送付します。
※託児サービスはありません。

雇用保険受給中の方へ

ご希望の方には、利用証明書を発行いたします。



〒330-0081 さいたま市中央区新都心2-2 ホテルブリランテ武蔵野4階
埼玉県男女共同参画推進センター(With You さいたま)内
TEL: 048(601)5810 / FAX: 048(601)5811
ホームページ: <https://www.pref.saitama.lg.jp/swcc/>

※いただいた個人情報は、当事業運営実施のみに使用し、それ以外の目的には使用しません。

※荒天等の影響により、セミナー中止、延期や内容が変更になる場合があります。

詳細につきましては、実施日前日18:00までにホームページでお知らせいたします。



JRさいたま新都心駅 徒歩5分 / 北与野駅 徒歩6分
※利用者様用の駐車場はございませんのでご了承ください。

埼玉県女性キャリアセンターメニューラインナップ

埼玉県女性キャリアセンターのキャリアカウンセラーは、すべて女性です。

面談相談・オンライン相談

要予約
1回45分

就職やステップアップに関する様々な
ご相談をお受けします。

お子様
同伴可

受付
時間

9:30～17:30
月曜日～土曜日
(日・祝・12/29～1/3・
毎月第3木曜は休業日)

相談
時間

①10:00～10:45
②11:00～11:45
③13:30～14:15
④14:30～15:15
⑤15:30～16:15



予約

048-601-5810

電話相談

予約不要
1回15分

今すぐ聞きたい、空き時間に相談したいという方は、
電話相談をご利用ください。

※電話料金はご利用者様のご負担となります。

相談時間

月曜日～金曜日 ※土曜日はお休み
(日・祝・12/29～1/3・
毎月第3木曜は休業日)

①10:00～11:30
②12:30～16:30

電話相談
専用

048-601-1023

ちょこっと相談

予約不要
1回10分

利用案内やワンポイントアドバイスを
します。

お子様
同伴可

相談時間

9:30～17:30
月曜日～土曜日
(日・祝・12/29～1/3・
毎月第3木曜は休業日)

オンデマンドセミナー

オンデマンドセミナーは、センター内で
行われる就職支援セミナーをコンパク
トにまとめたものです。

「初めてのオンラインコミュニケーション
Zoomの使い方」「働き方を考える 年収
の壁メリットデメリット」等、ご覧いただ
けます。



埼玉県「女性の『働く』を応援する ワンストップサイト」

働く女性、働きたい女性の抱える様々
な疑問、悩み、関心に対してワンスト
ップで情報提供します。

全ての女性が、その意欲と能力に応じ
て自分らしく生き生きと働くことが
できるよう「寄り添い」、「応援する」
サイトです。

ぜひ、アクセスしてみてください。



ホームページ



X

お問い合わせはこちら

※セミナーのお申込みはWebのみです

048-601-5810

受付時間

9:30～17:30 月曜日～土曜日
(日・祝・12月29日～1月3日・毎月第3木曜日・
臨時休館日を除く)



〒330-0081 さいたま市中央区新都心2-2

ホテルブリランテ武蔵野4階

埼玉県男女共同参画推進センター(With You さいたま)内

TEL: 048(601)5810 / FAX: 048(601)5811

ホームページ: <https://www.pref.saitama.lg.jp/swcc/>

就職支援などのセミナーについては裏面をご覧ください。

埼玉県女性キャリアセンター

検索

