

仕事や起業に役立つ
スキルアップ
講座!

秋田市キャリアデザインカフェ

CAREER DESIGN CAFE

01

講座

2023

11.25

土

13:00

16:00

自分らしさを「活かす」(未来につながる)
インスタグラムスキル

#参加無料

#定員20名(先着)

#託児無料(生後6ヶ月以上)※先着10名

#ドリンク&”映え”スイーツ付

Step1 SNS活用レッスン

基礎

13:00~14:00

すぐに使える
投稿のポイント!

instagramの基礎と
活用事例

応用

14:00~15:00

もっと差がつく!
応用スキル

「イイネ」がつく写真や動画
加工スキル

ゲスト・ファシリテーター



佐々木美郷さん
メイクアップセラピスト



真田かずみさん
フリーアナウンサー

対象 秋田市在住・在勤の女性

会場

Food & Mobility Spot DoLIVE
秋田市川元開和町4-22 ●駐車場あり



Step2 ゲストトーク 15:00~16:00

「家庭と仕事の両立」や「自分らしい働き方」「SNSをビジネスにどう活かすか」などをお二人から伺います。スキルを活かして、様々な角度から仕事と人生を楽しむ方法を一緒に考えてみましょう!

02

キャリア相談会

働くことへの不安や悩みを専門家へ相談!

心の中のモヤモヤを、女性キャリアコンサルタントにじっくり相談してみませんか?一緒に一歩前へ踏み出しましょう!

#参加無料

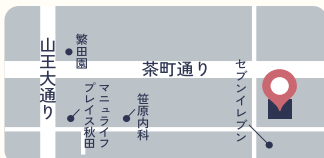
#定員10名(先着)

#託児無料(生後6ヶ月以上)

#ドリンク&スイーツ付

会場1 Nice Time Coffe

秋田市大町四丁目4-45 フォービックタウンビル1F
駐車スペースあり(別途お知らせ)



会場2 株式会社トラパンツ

秋田市旭北栄町1-48
駐車スペースあり
(別途お知らせ)

※A・E・Fの時間帯は
会場2になります。

オンライン
相談OK!

(対象:秋田市にお住まいの女性)

#参加者特典(希望者先着10名)
講座に参加された方は
キャリア相談会に2回参加できます!

2023

12.7 木

12.9 土

開催時間

- A 10:00~11:00
- B 11:30~12:30
- C 14:00~15:00
- D 15:30~16:30
- E 17:00~18:00
- F 18:30~19:30

主催:秋田市生活総務課女性活躍推進担当

申込・詳細は裏面へ!

01 講座 自分らしさを“活かす”インスタグラムスキル

2023

11.25 土

内容

Step1 SNS 活用レッスン

13:00-15:00

インスタグラムの活用方法を基礎と応用の二つのステップから学びます。

活用基礎レッスン

13:00-14:00

インスタグラムの基礎・活用事例

応用レッスン

14:00-15:00

写真撮影と加工スキル・ストーリーズ・リール動画作成

Step2 ゲストトーク

15:00-16:00

スキルを活かして仕事と人生を楽しむ方法を考えましょう！

※随時休憩を挟みます

ゲスト



メイクアップセラピスト

佐々木 美郷 さん

1983年新潟県生まれ。大手化粧品会社やアパレル関連企業を経て結婚を機に秋田県に移住。現在はスタジオを構え、パーソナルメイクレッスン、スキンケアレッスン、ファッションショーヘアメイク、介護施設へのメイクセラピー訪問、婚活や就活メイク講座講師など多数の実績を持つ。



フリーアナウンサー

真田 かずみ さん

秋田県大仙市出身で元 NHK 秋田放送局キャスター。番組キャスター・リポーターとして取材、構成、編集、送出、アナウンスまで一貫し放送業務に従事。2019年退職し、現在はフリーアナウンサーとして活躍している。メディア出演、各種イベントMC、ナレーションなど幅広く活動を行う。

当日の
ファシリテーターを
務めます！

02 キャリア相談会

日程

2023

12.7 木

12.9 土

時間

A 10:00~11:00

B 11:30~12:30

C 14:00~15:00

D 15:30~16:30

E 17:00~18:00

F 18:30~19:30

- 1人1時間/先着10名
- 託児:生後6ヶ月以上
- オンライン相談もOK!



キャリアコンサルタント

山田 友佳 さん

民間職業訓練校にて就職支援員・キャリアアドバイザー・職場定着支援員として9年間勤務。現在トラパンツ求職者支援訓練・離転職者等委託訓練においてキャリアコンサルタント・ジョブカード作成支援アドバイザーとして多くの訓練生の支援を実施。

キャリアコンサルタント

高田 美穂子 さん

ホテル・観光業で長きにわたり人材教育リーダーを担当した後、2012年よりトラパンツ求職者支援訓練・離転職者等委託訓練において、キャリアコンサルタント・ジョブカード作成支援アドバイザーとして多くの訓練生の支援を実施。

スペシャル限定特典

講座に参加された方は、キャリア相談会に2回参加できます。これからのキャリアをじっくり相談してステップアップにつなげましょう！(希望者先着10名)

申込方法

- ① 右のQRコードから申込専用 Google フォームにアクセスし、必要情報を入力して送信してください。(託児のお申込みこちらのフォームからお願いします。)
- ② ご入力いただいたメールアドレスへご連絡いたします。cd.cafe22@gmail.comからのメールを受信できる設定をお願いします。

10月10日 受付開始

申込専用
Google フォーム



お問合せ
お申込先

企画運営

株式会社トラパンツ 〒010-0922 秋田市旭北栄町1-48

TEL

018-883-1909

E-mail

cd.cafe22@gmail.com

主催：秋田市生活総務課女性活躍推進担当