

令和8年度は  
月曜日もOPEN!  
もっと利用しやすく  
変わります

再就職に向けて  
どうしたら  
いい…?

これまでの  
スキルを  
活かせる?



家庭と仕事の両立に悩む「働きたい」女性のための

# 「自分らしい働き方」を 一緒に考える相談窓口

みやぎ女性のキャリア・リスタート支援センター

新たな  
キャリアに  
挑戦したい



子育てと  
両立できる?



 **みやぎ女性のキャリア・リスタート**  
支援センター

対象 | 就業していないすべての女性の方

ご利用時間 | 月曜～金曜 10:00～18:00 ※日・祝日・年末年始休み

※対面相談とオンライン相談をお選びいただけます

※18時以降や土曜日の相談を希望する場合は別途お電話ください

※相談には、宮城県就職支援ポータルサイト「みやぎむすび」を通じた登録・予約が必要です

※在職中の方の転職等の相談は、併設の「みやぎジョブカフェ」で実施しています

電話 | **022-774-6977** メール | [center@miyagi-recareer.com](mailto:center@miyagi-recareer.com)

アクセス | 〒983-0852 宮城県仙台市宮城野区榴岡4丁目2-3 仙台MTビル6階  
みやぎジョブカフェ内 (JR仙台駅東口から徒歩4分)



「今は子育てに専念したいが、いずれは働きたい」  
「前職からの期間が空いているのですぐ仕事ができるか不安」など  
働きたいと思っても一歩が踏み出せない・・・

「みやぎ女性のキャリア・リスタート支援センター」はそんな女性の再就職をサポートする窓口です。  
専属のキャリアコンサルタントによる相談やセミナーを利用できます（相談・利用は無料）。  
自分らしく働くことについて一緒に考えてみませんか？

センターサービス利用者向けの「短期託児施設利用支援補助制度 ※条件あり」がございます。

MENU  
**01**

## 個別キャリアカウンセリング

お仕事に関する相談、子育て等家庭と仕事の両立に関する相談について、1回90分程度を目安にじっくりお話しできます。センターの相談ブースにはキッズスペースがあるので、お子さま連れでもご利用いただけます。対面での相談のほか、オンラインでの相談も可能です。

### 利用時間

月曜～金曜 10時～18時 ※日・祝・年末年始休み

- ：対面相談（センターに所来して相談）
- ★：オンライン相談（Zoomを使用します）

	月	火	水	木	金
10:00～11:30	●	●	●	●	●
	★	★	★	★	★
13:00～14:30	●	●	●	●	●
	★	★	★	★	★
15:00～16:30	●	●	●	●	●
	★	★	★	★	★
17:00～18:00	電話相談受付（1回最大15分）				

電話相談、土曜日および夜間（18:00～19:00）の相談をご希望の場合は、事前に電話でお問い合わせください。

### 利用・予約方法

#### 相談の利用には事前の予約が必要です

相談の予約は、宮城県就職支援ポータルサイト「みやぎむすび」から行います。「みやぎむすび」にアカウント登録し、プロフィール情報を入力の上、ご予約ください。  
※登録ができない方はお電話やご来所で登録をサポートします。

#### [登録～相談予約の流れ]

みやぎむすびの新規登録ページにメールアドレスを入力し「仮登録」する。

メールに届いた認証URLをクリックし表示されたページでパスワードを設定する。

メール、パスワードでマイページにログインし、プロフィール / 仕事の希望 / 資格・職歴等を入力。

右の相談予約コードから予約ページにアクセスし、予約可能な日程を指定してお申込みください。



新規登録



相談予約



MENU  
**02**

## 就職活動支援セミナー

就職活動を進める上での不安や悩みの解決策等、さまざまなテーマで、定期的に開催します。

- 再就職に向けた準備ができる！
- 関心のあるテーマを選んで参加OK
- 仲間と一緒に楽しく学べる！

MENU  
**03**

## デジタルリスティング講座

基本的なビジネス文書作成、データ分析・活用、デジタルマーケティングなどについて学べます。

- 学びたい内容からコースが選べる！
- e-ラーニングで好きな時間に繰り返し学べる！

MENU  
**04**

## 合同企業説明会 トークイベント

合同企業説明会やトークイベントなどで、企業の採用担当者や子育て中の社員と直接お話しできます。

- 応募前に企業の雰囲気や仕事内容を知ることができる！
- いろいろな企業の話から職業選択の視野が広がる！
- 気になることを気軽に質問できる！

対面相談とオンライン相談が利用できます！

