

明日に
花咲く

シングルマザーのための

オンライン

キャリア支援

プログラム

第7期生 募集要項

現在子育て中のシングルマザー・プレシングルマザーが、お子さんとともに、より安定した生活を送ることができるよう、これまでのキャリアの棚卸しやキャリアプランを改めて考えることで、キャリアアップを目指すための講座です。

プログラム 特長

- コミュニケーション講座であなた自身の力に気づきます。
- 同じ立場で共感し、励まし合える仲間ができます。
- 仕事についての自身の悩みやキャリアの道筋を、キャリア相談を活用して一緒に考えます。

プログラム 概要

内 容：コミュニケーション講座、キャリアプラン、キャリアの棚卸し、アサーティブコミュニケーション、教育資金プラン
実施方法：Zoom を利用したオンライン
講座期間：2025年9月～12月(全7回)
募集締切：2025年8月10日(日)



プログラム 応募条件

- 自分のキャリアを見直し、企業におけるキャリアアップを目指す方
- シングルマザーの方(末子が18歳未満)
※別居中および未婚の方で、家計を別としている方も含みます。

参加方法

- プログラム受講生：35名程度
全講座の受講を希望する方
プログラム受講生同士で交流する機会があります。

※オンラインにて
無料説明会を開催致します。

2025年7月 4日(金) 20:00～
2025年7月 9日(水) 14:00～
2025年7月 26日(土) 10:00～
※ひとり親支援をされている方もご参加可能



説明会申込みフォーム

シングルマザーのための オンラインキャリア支援プログラム 第7期生 募集要項

選考方法

書類選考・面接

募 集

締切
2025年8月10日(日)
応募フォームより
お申し込みください。
※延長する場合がございます。

面接選考

2025年8月23日(土)
～8月26日(火)
書類選考通過者には、
面接の予約フォームを
ご案内します。

合否連絡

2025年
9月1日(月)頃
お申し込みいただいた
メールアドレス宛てに
通知します。

プログラム

*プログラムは全て日曜日の開催となります。お仕事されている方もご参加可能です。
*希望者は、キャリアカウンセラーによる個別のキャリア相談も受けられます。

講座内容	日程
第1回 開講式&メンター紹介	2025年 9月14日(日) 9:00～12:00
第2回 コミュニケーション講座 人生がパワーアップするコミュニケーション講座	2025年 9月28日(日) 9:00～12:00
第3回 キャリアデザイン講座 これまでのキャリアの道のりを振り返り、自分の強みを見つけよう	2025年10月12日(日) 9:00～11:30
第4回 キャリアデザイン講座 未来の自分へむけてありたい姿を言葉にしよう	2025年10月26日(日) 9:00～11:30
第5回 もう「うまく言えない」で悩まないコミュニケーション講座 人間関係がラクになる“伝え方”を手に入れよう	2025年11月 9日(日) 9:00～12:00
第6回 教育資金準備とその後の暮らし～ いまから準備すべきはどんな事？	2025年11月23日(日) 9:00～12:00
第7回 修了式&未来宣言	2025年12月 7日(日) 9:00～12:00

申込方法

右記QRコードの応募フォームから、お申し込みください。

講座HP <https://www.single-mama.com/asuhana>



ご提出いただく書類について

シングルマザー・プレシングルマザーであることの証明（児童扶養手当受給者証、ひとり親医療証、別居の方は世帯全員の住民票等、そのほかシングルマザー・プレシングルマザーであることが証明できる公的書類）と証明写真 1 枚を面接時までにご提出いただけます。ご提出方法は別途ご案内します。

個人情報の取り扱い

応募頂いた個人情報は NPO しんぐるまざあず・ふぉーらむの個人情報保護方針に基づき厳重に管理し、プログラムの提供の目的および今後のご支援に使用いたします。

その他の注意事項

- *以下の場合は、受講をお断りする場合があります。
 - ・事実と異なる記載、書類の偽造等が判明した場合。
 - ・犯罪行為、暴力行為、反社会的勢力との関わりなどが発覚した場合。
- *プログラム中に、プログラムの広報活動として写真撮影等をする場合がございます。ただし、個人が分かる内容については事前に承諾が得られた方のみ公表することといたしますので、ご安心ください。
- *プログラムの内容等は、変更する可能性があります。

お問い合わせ

ご質問などございましたら
お気軽にご連絡ください

事務局：NPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ

E-mail asuhana@single-mama.com Tel 03-3263-1519