

RESTART

キャリアデザインと
デジタルスキルを
手に入れて、未来に備える

23講座が
学び放題!

キャリア形成 デジタルスキル アップ講座

Canva ×
Digital Skill

パソコンの
貸出あり
※台数制限が
あります

メンターの
伴走支援

オンラインで
自宅から受講

託児支援
あり

詳しくは
公式サイトへ
<https://restart-prg.pref.hiroshima.lg.jp>

PROGRAM

モデル受講例

オフィスワークデビュー

基礎から学び
オフィスワークを目指す

受講時間 **30h**

- オフィスワーク未経験
- 実用的なパソコンスキルを身につけたい
- 自宅でのパソコン使用経験あり
- IT基礎知識を学び、自信をつけたい
(ネット検索、メール、基本的な文書作成など)

私が選んだ講座はこちら /

文書処理 上級スキル	表計算 上級スキル	プレゼンテーション スキル	コミュニケーション ツール活用
情報共有 スキル	基本の ネットワーク 知識	情報セキュリティ 基礎	ロジカル シンキング 入門
			IT基礎知識

新しいスキルに挑戦

未経験分野に挑戦し、
新たな一歩を踏み出す

受講時間 **41h**

- 飲食店での接客・店舗管理経験あり
- 店舗の宣伝活動にも携わりたい
- IT分野の基礎知識なし
- Webデザインスキルを身につける
ことに興味がある

私が選んだ講座はこちら /

SNS マーケティング	広告運用基礎	クリエイティブ デザイン	SNSコンテンツ 制作
コピー ライティング 基礎	動画編集基礎	情報セキュリティ 基礎	ロジカル シンキング 入門
			IT基礎知識

ブランクの克服

ブランクへの不安を克服し
新しいキャリアを築く

受講時間 **53h**

- ブランク期間は5年以上
- SNS運用のスキルに興味がある
- 過去に小売業での販売経験あり
- 新しいキャリアへの挑戦意欲を持つ

私が選んだ講座はこちら /

CMS活用	SNS マーケティング	ウェブ解析	データ分析入門
広告運用基礎	SEO基礎	SNSコンテンツ 制作	ウェブデザイン 基礎
基本の ネットワーク知識	情報セキュリティ 基礎	ロジカルシンキング 入門	IT基礎知識

スキルアップを図る

これまでの経験とスキルを活かし、
さらにステップアップ

受講時間 **49h**

- 一般的なオフィスワーク経験者
- パートや派遣社員として勤務経験あり
- パソコンの基礎知識あり
- Web広告運用の技術に関心があり、その
スキルを深めたい

私が選んだ講座はこちら /

ウェブ解析	データ分析入門	広告運用基礎	SEO基礎
ワードプレス 入門	動画編集 基礎	ウェブデザイン 基礎	ウェブ コーディング 基礎
			基本の ネットワーク 知識

目標に合わせて自由に
カスタマイズできます!

昨年度の声

柔軟な働き方の採用を積極的に考えている企業にたくさん
出会えた点が良かったです。(広島市30代)

ミーティングイベントでは、自分が選択肢に入れていなかった業界の企業と話す
ことができ、選択肢の幅を広げることができました。(福山市40代)

メンターが伴走してくださり、疑問や不安点など相談でき、支えて
くださったのは心強かったです。(尾道市30代)

自分の考えだけでなく、他の参加者の意見や考えも知ることができ、
とても参考になりました。(呉市30代)

Q & A

Q 事前ガイダンスを受講した場合、その後のプログラム参加は
必須でしょうか。

A 必須ではありません。ガイダンス以降のプログラム参加を希望する場合、
事前カウンセリングを受けていただきます。その後、プログラムの参加が
決定します。

Q 講座やイベントに子連れで参加することはできますか。

A 集合型のイベントは、託児スペースを設置しますので、お子様連れでも安心
です。また、一時預かり時の託児料を支援する制度もご利用いただけます。

Q ガイダンスや講座を受講するのに費用はかかり
ますか?

A 無料です。ただし、講座等を視聴するための通信料は各自
の負担となります。また、PC、イヤホンなどは各自でご用意ください。
※PC貸出あり(台数制限があります。)

Q 全講座の受講が必須でしょうか。

A 共通講座及び選択講座(ご自身で選択したもののみ)すべてを受講いただきます。
集合型の講座を欠席せざるを得ない場合は、見逃し配信をご覧になれます。

その他の
Q&Aはこちら

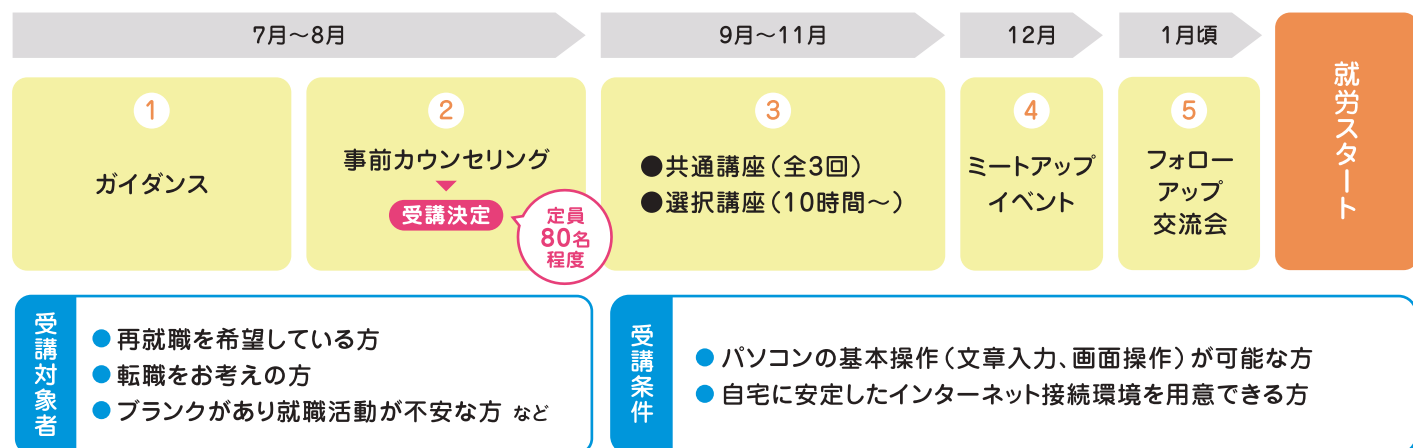


デジタルスキルを手に入れて、 自分らしいキャリアを目指そう！

リスタートプログラムでは、働くことを考えている女性が、ライフイベントと両立しながら安心して働き続け、その能力を十分に発揮することができるよう、学び直しや就職活動をサポートします。仲間たちと一緒に、自分らしい働き方を見つけましょう！

リスタートプログラムの流れ

デジタルスキルなどの学びから、女性を採用したい企業とのミートアップイベント（合同説明会）への参加、就職活動までを一貫してサポートするキャリア支援プログラムです。参加者の方には、下記の①～⑤の講座・イベントにご参加いただきます。



まずは
ガイダンスに
ご参加ください

リスタート
プログラムの
ポイント

- ✓ 共通講座でキャリアの棚卸をして、自分の強みを再確認できる
- ✓ キャリア相談員がメンターとして伴走し、自分に合った講座選択の相談などができる
- ✓ ミートアップイベントで学んだスキルを活かせる企業と出会う



事前ガイダンスのご案内

プログラム全体のガイダンスと、自分らしくキャリアをスタートするための基調講演で学びモードを高めましょう！

開催日時

7月17日(水)10:30～12:00

※見逃し配信あり(要申込)

オンライン
(Zoom)で
開催します

基調講演の講師

- 大西 友美子（株式会社ワーク・ライフバランス）
- 日本アイ・ビー・エム・サービス(株)にてSAPのアドオン開発担当
 - 日本IBMのWeb Award コミュニケーション賞受賞
 - 環境省国会業務DX推進マネージャー（～2024/3）



（講師メッセージ）

「時間以外の付加価値を身につける」をモットーに、女性が自信を持ってキャリアアップを目指せるよう、積極的に活動しています。将来的により多くの女性が自分らしい働き方を見つけ、それを実現できる社会の実現を目指しています。

参加方法

まずは事前ガイダンスに右記QRコードよりお申し込みください。お申し込みいただいた方のみに別途、視聴用URLを事務局からメール送信します。※開催日の1週間前頃

参加申込
QRコード



プログラム

- 1 オープニング プログラムの目的と概要説明
- 2 基調講演 (テーマ)
「付加価値で希望のキャリアを実現する～秘訣はワーク・ライフバランス～」
- 3 プログラム説明 ●プログラム詳細説明
●選択講座コース紹介
●参加方法とスケジュール
- 4 クロージング 質疑応答

講座一覧

（ 共通講座 ）

共通講座では、プログラム参加者が集合して、ワークショップやディスカッションを通して自己理解や将来のキャリアプランを明確にします。参加者同士でコミュニケーションをとることでキャリアアップを前向きに捉えられるようになります。

会場 エソール広島（広島市中区大手町一丁目2-1おりづるタワー10階）

オンライン
参加可

見逃し配信
あり

第1回	9月10日(火)10:30～12:30	[好きなことから見つける自分] 偏愛マップワークショップ
第2回	10月7日(月)10:30～12:30	[自分力アップセミナー] キャリア×自分らしさ
第3回	11月22日(金)10:30～12:30	[キャリアプランを思い描く] キャリアデザインツリー

詳細はこちら



（ 選択講座 ）

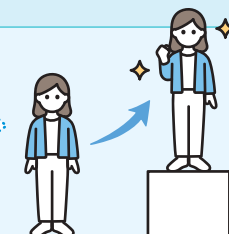
※学び放題(講座を複数選択できます)

各講座はeラーニングをベースに、集合研修やライブ配信などを取り入れた多様な学習体験ができます。eラーニングは最大20分にパートを区切り、スキマ時間に柔軟に少しずつ学習を進められる形式で構成しています。23の講座から自由に受講講座を選択できます。

詳細はこちら



モデルコース	入門編	基本編	応用編
計40h デジタル マーケティング コース	CMS活用 (6h)	ウェブ解析 (4h)	広告運用基礎 (7h)
	SNSマーケティング (6h)	データ分析入門 (5h)	SEO基礎 (6h)
計37h オンライン広報・ コンテンツ制作 コース	クリエイティブデザイン (4h)	コピーライティング基礎 (5h)	ワードプレス入門 (6h)
	SNSコンテンツ制作 (5h)	サムネイル・バナー制作入門 (4h)	動画編集基礎 (7h)
計23h ビジネス 効率化スキル コース	文書処理上級スキル (4h)	コミュニケーションツール活用 (2h)	ウェブデザイン基礎 (5h)
	表計算上級スキル (11h)		ウェブコーディング基礎 (7h)
	プレゼンテーションスキル (2h)	情報共有スキル (2h)	基本のネットワーク知識 (2h)
計7h ITパーソナル スキル基礎 コース	情報セキュリティ基礎 (2h)	モデルコースに縛られず、 これまでの経験やキャリア プランに合わせて自由に講座 を選択することもできます。	
	ロジカルシンキング入門 (3h)		
	IT基礎知識 (2h)		



企業とのミートアップイベント

開催日時・会場

福山:12月10日(火)13:00～16:00 iti SETOUCHI(福山市西町1-1-1 エフピコRiM1F)
広島:12月13日(金)13:00～16:00 エディオンピースウイング広島(広島市中区基町15-2-1)

第1部 成果発表会

事前に提示された課題に対して、選択講座で習得した知識を活かし、発表を行います。学んだ内容を具体的な形にすることで、企業から評価を受けることができます。(希望者によるグループのみ)

第2部 合同企業説明会 プログラム参加者限定開催

県内企業等とのマッチングイベントです。多数の企業から効率よく情報を得ることができ、人事担当とリアルに交流し、普段は得られない貴重な情報収集ができます。