

# OSAKAしごとフィールド 働くママ応援コーナー セミナーカレンダー

## 新型コロナウイルスの感染拡大防止に向けたセミナーの実施方法に関して

OSAKAしごとフィールドでは、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、  
一部セミナーをライブ動画配信で実施します。該当セミナーは **LIVE** のマークが目印です。  
最新情報はWebにてご確認ください。



### Pick Up

9/29

15:00 火  
16:30



### "からだ"から"こころ"を調える ～すわる編～

不安によってざわざわしたり、緊張によって身体が硬くなったり、日々不安定になるわたしたち。心を落ち着かせるポイントは姿勢と呼吸です。イスでもできる呼吸法でからだからこころを調えていきましょう。

講師：NPO法人HELLOlife 日野唯香氏

9/17

10:00 木  
11:30

わたしと  
向き合う  
90分

### ゆとり時間を見つけよう！ 時間と暮らしの整理術

日々家庭や仕事に追われて、落ち着く余裕がない方へ。一度ゆっくり落ち着いて、優先順位や時間の使い方を整理し、自分の暮らしを見直してみませんか？両立のヒントを見つけましょう！

講師：ライフオーガナイザー 門野内絵理子氏

9/18

10:00 金  
11:30



わたしと  
向き合う  
90分

### キャリアのファシリテーター直伝！ 初めの一步の見つけ方

「何か始めたいけど何からすればいい？」そんな方へおすすめ！「マンダラチャート」で、したいことや目標をさまざまな視点から分解し、なりたい自分に近づくための最初の一步を可視化しましょう！

講師：鶴飼千登静氏

9/4

10:00 金  
11:30



### 幼稚園入門セミナー ～幼稚園のイロハお伝えします♪～

幼稚園のことが知りたい！保育内容はどうなってるの？幼稚園に預けて働くことは出来るのかな？など、幼稚園のことについて知りたいママ・女性向けのセミナーです。幼稚園のイロハと一緒に学びましょう♪

9/10

10:00 木  
11:30



### 働きたいママのための保活相談会

秋から始まる認可保育園の申し込みに向けて保活相談会を開催します！保活の悩みや疑問など「こちょっとだけ聞いてみたいんだけど…」にもお答えします。「保育ルームキッズもみの木」の保育の紹介も有りますので企業主導型保育園のことも知りたいママもぜひご参加ください♪



9/24

10:00 木  
11:30



### 保活のすすめ！ 保活のノウハウと狙い目保育園の見つけ方

秋から始まる保育所の入所申請に向けて、保活のノウハウと狙い目保育園の見極め方をお伝えします。何から始めたらいいかわからないママ、申請しようか迷っているママもぜひご参加ください♪ここから一歩が始まる保活セミナーです。

9/28

10:00 月  
11:30

### エゴグラムで見る！自分の強みと弱み

転勤族の妻である講師が、特性を診断できる「エゴグラム」についてお伝えします。自分の行動パターンや特徴を知り、強みと弱みを考えてみませんか？お仕事選びをはじめ、あなたらしい選択の参考にしてください。

講師：キャリアコンサルタント・交流分析士インストラクター 坂本美江氏

- ◆ はじめての方はOSAKAしごとフィールドのメンバー登録が必要です。セミナー開始15分前を目安にご来館ください。
- ◆ セミナー参加時は一時保育サービスをご利用いただけます。お申込みは裏面のお問合せまでご連絡ください。（事前予約制・定員あり）

お申込み、お問合せはコチラ！

OSAKAしごとフィールド

<http://shigotofield.jp/>

相談時間 月～金 10:00～17:30  
(16:30 受付終了)

定休日：土・日・祝・年末年始

「ママコーナー利用」とお伝えください

OSAKAしごとフィールド  
働くママ応援コーナー

TEL:06-4794-9198

〒540-0031 大阪市中央区北浜東3-14 エル・おおさか 本館3F

京阪・Osaka Metro 谷町線「天満橋駅」より西へ 300m / 京阪・Osaka Metro 堺筋線「北浜駅」より東へ 500m





働きたい女性・ママの就活を全力サポート！

# 働くママ応援コーナー

「OSAKAしごとフィールド 働くママ応援コーナー」は、家庭や子育てなどと仕事を両立したい女性・ママの就職活動をお手伝いする大阪府の施設です。キャリアカウンセリングやお役立ちセミナー、保活相談から一時保育サービスまで、全て**無料**でご利用いただけます。



## サポート①

### キャリアカウンセリング

就職活動の進め方や、自分にあった仕事の探し方、仕事と家庭の両立方法など、カウンセリングを通して就活の方向性や希望条件を明確にしていきます。

## あなたの就活を成功させる 4つのサポート

## サポート②

### 保育所探しのご相談

特に、未就学児童の子育てをしている方には、経験豊富な保育士による保育所の入所申込みの手順、申請書の書き方のアドバイスをおこなっています。あなたにあった就活スケジュールのプランニングも実施♪

## サポート③

### 就職応援セミナー

毎月、就活や保活などに役立つセミナーを実施中です。また、「働くママ応援コーナー」で実施するセミナーはお子さまと一緒に受講いただくことが可能です！セミナー情報は Web サイトをご確認ください。

## サポート④

### お子様の 一時保育サービス

就職活動中は、同建物内にある連携保育所「保育ルーム キッズもみの木」にてお子さまの一時保育サービスをご利用いただけます。

※ご利用希望日の前日正午までにご予約ください。  
※生後6ヶ月～2歳児までのお子さまが対象です。



お申込み、お問合せはコチラ！

OSAKAしごとフィールド  
働くママ応援コーナー

TEL:06-4794-9198

〒540-0031 大阪市中央区北浜東3-14 エル・おおさか 本館3F

京阪・Osaka Metro 谷町線「天満橋駅」より西へ300m / 京阪・Osaka Metro 堺筋線「北浜駅」より東へ500m

OSAKAしごとフィールド

<http://shigotofield.jp/>

相談時間 月～金 10:00～17:30  
(16:30 受付終了)

定休日：土・日・祝・年末年始

「ママコーナー利用」とお伝えください

