

## CAUTION!

以下のセミナーは若年者地域連携事業(大阪労働局委託)で実施します。  
お問合せ・お申込みは、お電話 (06-6949-8122)、または右のQRコード先からお願いします。

- すべて44才以下の方が対象です。
- 新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、セミナーの中止や変更の可能性があります。最新情報はWebにてご確認ください。



5月  
10:00  
13:00  
Web  
会場

### 就活準備シリーズ 効果的な応募書類とは？ ～次のステップに進むために～

意外と知らない履歴書の常識や、添え状の書き方。人事担当者に会いたいと思わせる履歴書や職務経歴書を作成するにはどうしたら良いのかを解説します。

会場:3F セミナールーム

5月  
14:00  
17:00  
Web  
会場

### 就活準備シリーズ 効果的な職務経歴書作成 ～PCを使用して作成へ～

書式が分かっていても書きだすと難しい職務経歴書。質問・相談しながらパソコンを使用して職務経歴書を作成しましょう。★書類データを持ち帰るためのUSBメモリをお持ちください。

会場:3F セミナールーム

6月  
13:00  
16:00  
会場

### 就活準備シリーズ面接対策！ ～基礎とロールプレイ～

前半は面接での基礎やマナーについて学びます。質問は何を目的にしているのかを考え、効果的な応対を習得します。後半は面接ロールプレイを行い経験を増やします。

会場:3F セミナールーム

8月  
14:00  
15:00  
会場

### しごと探索でんしゃツアー

しごと探索バスツアーの姉妹ツアー。電車やバスや徒歩で企業を訪問し、見学します。

[訪問先]株式会社松下工作所 / [集合]13:20 JR長瀬駅改札口

14月  
①～③の  
単体での  
受講可能  
Web  
会場

### パソコン初級Word

①ビジネス文書作成の基本 10:30・12:00	②表作成の基本 13:00・14:30	③チラシ作成の基本 15:00・16:30
--------------------------	---------------------	-----------------------

Wordを使用して、ページ設定、文書の保存、文字の装飾、線種の変更、表のセンタリング等、表作成の基本を学びます。実際の業務をイメージしながらトライ。

会場:南館4F 会議室B

16月  
13:00  
16:00  
Web  
会場

### 適職発見交流会×ミニ合説 エッセンシャルワーカーのお仕事編

エッセンシャルワーカーには、どんな人が向いていて、どんなスキルが求められるのか等、深掘り。ミニ合説もあります。参加企業はWebページでご確認ください。

会場:南館4F 会議室B

その他のメニューや詳細は、Webサイトまで。  
また、メニューの利用やセミナーの申込みには  
OSAKAしごとフィールドのメンバー登録が必要です。  
未登録の方は右のQRコードからアクセスしてください。

21月  
①～③の  
単体での  
受講可能  
Web  
会場

### パソコン初級Excel

①表作成の基本 10:30・12:00	②関数の基本と計算式の活用 13:00・14:30	③グラフの基本 15:00・16:30
---------------------	---------------------------	---------------------

Excelを使用してデータの入力、オートフィル機能、計算式の入力、演算子、桁区切り、列幅変更等を学び、自信をつかみとりましょう。

会場:南館4F 会議室B

28月  
①～③の  
単体での  
受講可能  
Web  
会場

### パソコン中級 Excel

①関数と数式の入力 10:30・12:00	②グラフの作成 13:00・14:30	③Excelの便利な機能 15:00・16:30
-----------------------	---------------------	--------------------------

関数と数式の入力:日付関数(TODAY、DATEDIF)と絶対参照、統計関数(RANK.EQ、COUNTIF、COUNT、COUNTA)、論理関数(IF関数)を学びます。

会場:南館4F 会議室B

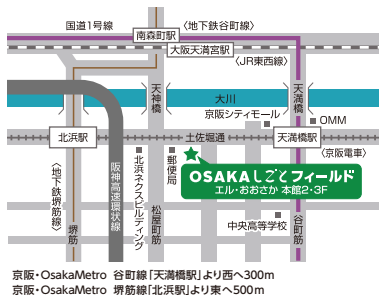
ご予約  
お問合せ

# OSAKAしごとフィールド

TEL:06-4794-9198 FAX:06-6232-8581

月～金曜 9:30～20:00 / 土曜 9:30～16:00 ※日・祝・年末年始休  
〒540-0031 大阪市中央区北浜東3-14 エル・おおさか 本館2・3F

申込みは  
コチラ！

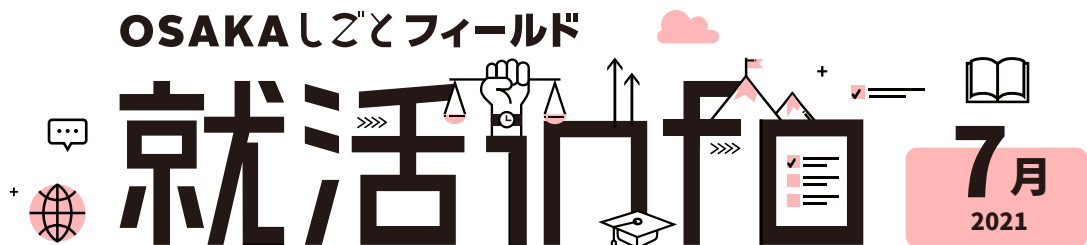


- 遅刻の場合、受講をお断りすることがあります。あらかじめ、ご了承ください。
- キャンセルの際は事前連絡必須。無断キャンセルが続く場合、受講をお断りすることがあります。
- 手話通訳が必要な場合や車椅子でご参加される場合等は、事前にお申出ください。
- セミナー受講には OSAKAしごとフィールドへの会員登録が必要です

※このチラシは、大阪府商工労働部雇用推進室就業促進課委託事業（受託） OSAKAしごとフィールド総合就業支援共同企業体の一環として作成しました。



参加無料 要予約



## 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



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やアーカイブ動画配信で実施します。該当セミナーは **Web** のマークが目印です。ご予約・ご視聴方法はWebサイトをご覧ください。また、日程や会場変更、ライブ動画・アーカイブ動画配信への変更の可能性がありますので、最新情報はWebにてご確認ください。

スタッフつぶやき中! **OSF\_JOBhunt**

女性・ママ  
7/1  
14:30 木  
16:00

PICK UP!

## 女性のための ストレスマネジメント

仕事に家事、子育て、体のこと、ライフイベント…毎日の生活にストレスはつきものですね。このセミナーでは、ストレスが起こる仕組みや女性ならではの特征について学び、ワークを交えながら対処方法を一緒に考えていきたいと思います。

講師:NPO法人HELLOlife 中井美彩子氏

会場

35歳～  
54歳の方  
7/14  
14:00 水  
15:30

PICK UP!

## 氷河期世代の気になる「お金のハナシ」 ～つみたてNISA・iDeCo編～

氷河期世代は、教育や住宅購入など、ライフイベントが次々やってきます。子育て世代であっても、老後資金は気になるトコロ。近ごろ話題の「つみたてNISA」や「iDeCo」のことを、一緒に学んでみませんか？

講師:大阪府金融広報委員会金融アドバイザー  
八束和音氏

Web

55歳  
以上の方  
7/30  
14:00 金  
15:00

PICK UP!

## シニア向け仕事説明会

コロナ禍においても積極的に採用をしている企業をお招きして、仕事説明会を実施します。新しい仕事へのチャレンジを考えている皆さま、ぜひ詳しく仕事の内容を聞いてみましょう。

会場

障がいのある方  
7/30  
13:00 金  
17:00

PICK UP!

## 障がい者企業面接会

就職をめざす障がいのある方注目!企業の採用担当者と一緒に話しできる予約面接会を開催します。  
※定員を超えた場合はお断りすることがあります。  
【申込み期限】7月19日(月)



会場

コロナ禍での就職活動を応援する  
特別相談窓口

相談  
無料

事前予約不要!  
電話相談



事前に要予約  
ウェブ相談



相談時間  
月～金 9:30～17:00  
(年末年始・祝日除く)

お問合せ先

TEL:06-6232-8580

チャット相談も  
こちらから!





● 新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、日程や動画配信への変更の可能性があります。最新情報はWebにてご確認ください。

● 「35歳～54歳の方」向けのセミナーは、就職氷河期世代の方にオススメです。

Web オンラインで配信

会場 会場で実施

39歳  
以下の方

7/5  
13:00 月  
16:30



会場

### あんしん就活 事前準備セミナー

交流会や職場体験を通して進めるプログラム「あんしん就活」交流会に安心して臨んでいただくための準備セミナーです。自分を見つめ直すワークやビジネスマナー講座、参加企業の説明等をおこないます。

すべての方

7/8  
10:30 木  
12:00



会場

### きょうまくいく！はたらくコツノートvol.2 自分のニガテと生きていこう！

誰も「ニガテ」はあるもの…！そんなニガテを克服するのではなく、どううまく付き合うかを考え、いきいき働いておられる方をお招きします。ゲストからはたらくコツやニガテと付き合うヒントを手に入れましょう！

すべての方

7/13  
11:00 火  
11:50



会場

### 就活するならまずはコレ！ しごととフィールド活用ツアー

OSAKAしごととフィールドのサービス内容や活用事例をご紹介します。本格的な就活をはじめのきっかけにしませんか？

女性・ママ

7/15  
10:30 木  
11:30



会場

### 私らしく働き子育てするために （育休からのステップ！）

仕事をしたい、仕事を続けたい！けど、子育てして、仕事もして、家庭の事もやっていけるのかな？自分のキャリアをあきらめずに、仕事も子育てでも大切にしたいママへの育休からの復職を考えるセミナーです。



親子同伴  
OK

女性・ママ

7/6  
10:00 火  
11:30



会場

### ここから始める♪保活の第一歩 「保活のノウハウお伝えします」

さあ、保活を始めよう！でも何から始めたらいいのかな…？保育の現状ってどうなっているの？など、これから始める保活のノウハウをお伝えします。一人ではわからなくて不安に思っているママさん、一歩ずつ一緒に始めましょう！



親子同伴  
OK

39歳  
以下の方

7/8  
14:00 木  
17:30



会場

### あんしん就活 マッチング交流会

交流会や職場体験を通して進める就活プログラムです。5社程度の企業が参加します。企業担当者とおざっくばらんに話し、仕事内容や職場の雰囲気を知りましょう。マッチングすれば職場体験に行くことができます。

すべての方

7/13  
14:00 火  
15:00



会場

### 求人票の読み方セミナー

ハローワーク職員が「求人票の見方」や「求人を選ぶ際のポイント」をお伝えします。求人票の読み方を学ぶことで自分に合った求人を探せるようになります。

講師：大阪東ハローワーク職員

女性・ママ

7/16  
10:30 金  
12:00



会場

### わたらしい働き方のヒント ちょっどいい私を見つけるナビゲーションづくり

「そろそろ仕事を始めたい」「ブランクがあるから心配」というあなたへ。空間の片づけや暮らしの整理術を基に、思考の整理や自分との向き合い方のヒントをお届けします。暮らしの仕組みを良くすることで、仕事や生活を快適にしましょう。

講師：ライフオーガナイザー 田中佐江子氏

すべての方

7/7  
14:00 水  
15:00



会場

### 求人票の読み方セミナー

ハローワーク職員が「求人票の見方」や「求人を選ぶ際のポイント」をお伝えします。求人票の読み方を学ぶことで自分に合った求人を探せるようになります。

講師：大阪東ハローワーク職員

34歳  
以下の方

7/12  
13:30 日  
15:30



会場

### 実践型！グループディスカッション 対策講座

多くの企業や官公庁で採用選考に用いられる「グループディスカッション（GD）」。本セミナーは、GDの基礎知識があり、今後選考を控えている方を対象にした実践講座です。経験値を上げていきたい方、ぜひご参加ください。

すべての方

7/14  
10:30 水  
12:00



会場

### 始まる前に知っておきたい 仕事と介護の両立セミナー

「そろそろ介護の問題も考えないといけないけど、ちゃんと働きたい」という方へ。本格的な介護が始まる前に、知っておくと安心なことや、両立のヒントをお伝えします。お気軽にご参加ください。

講師：特定社会保険労務士 小池靖子氏

女性・ママ

7/20  
10:00 火  
11:30



会場

### 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、申請しようか迷っているママもぜひご参加ください。ここから一歩始める保活セミナーです。



親子同伴  
OK

55歳  
以上の方

7/19 月  
～7/21 水  
13:00  
15:00



会場

### シニア向けチャレンジ研修 ～障がい者支援編～

障がい者支援に関する基礎を学ぶための研修です。あなたの人生経験を新たな分野で活かしてみませんか？

35歳～  
54歳の方

7/27 火  
～7/29 木  
14:00 火  
15:30



会場

### アナタと私のおしごと探し ～コンビニ業界大手、ファミリーマートを 支える企業との交流会～

皆さんご存知、コンビニ大手のファミリーマートさん。今回はそんなファミリーマートさんを支えるおしごとと出会う交流会です！実は知らないコンビニ業界を支える色んなおしごとに出会ってみませんか？

55歳  
以上の方

7/30  
15:00 金  
16:30



会場

### シニア相談会

55歳以上のシニアの方向けに、お仕事探しの方法や手順、応募書類の作成や面接に関するアドバイスなど、就職活動に関するご相談等をお受けします。

自宅でできる就活しよう

OSAKAしごととフィールド/オンラインコンテンツ

リビングルーム

OSAKAしごととフィールドのメンバー登録をした方向けに、就活に役立つコンテンツを配信中！多彩なゲストによる働き方や、就活ノウハウなどの動画を視聴できます。

詳細はこちら▶



35歳～  
54歳の方

7/21  
10:00 水  
11:00



Web

### 実践！氷河期世代の就活塾！ ～就活の軸編～

大事だとは分かっていても、後回しになりがちな就活のポイント徹底解説、その場で実践できる「就活塾」が誕生！今回のお題は「就活軸」。皆さん、軸はしっかりと持っていますか？

講師：ヒューマンアカデミー 木村早苗氏

55歳  
以上の方

7/27 火  
～7/29 木  
10:00 火  
12:00



会場

### シニア向けチャレンジ研修 ～パソコン初級編～

様々な職場で必要なパソコンの基本（Word、Excel）をマスターするシニア向けの短期集中研修です。パソコンの仕組みや、Officeソフトの基本的な使い方などをマスターしてみませんか？

大阪東ハローワークコーナー

OSAKAしごととフィールドでは、「大阪東ハローワークコーナー」を併設しています。ぜひ、セミナーやキャリアカウンセリングとあわせてご利用ください。

ハローワークコーナーでできること

 求人情報提供パソコンの利用（求人情報の検索・閲覧）

 職業相談・職業紹介

 求人情報に関する質問、仕事選びに関する相談

 応募書類・面接に関するアドバイス等

TEL:06-7669-9571 FAX:06-7669-9570

ご利用時間：10:00～18:30（月～金）【土・日・休祝日・年末年始休み】

※ご利用には OSAKA しごととフィールドの登録が必要です。

働く女性・働きたい女性のための

相談会

7/15 土 10:00～15:00

働く女性・これから働きたい女性のさまざまな悩みを解決するため、専門機関の相談員が無料で相談に応じる相談会を毎月開催します。

！同時開催/セミナーもあります！

ひとり親

子育てと仕事の両立

労働相談

就職相談

職場のハラスメント

起業・経営

