

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。



<https://osaka-jcr.com/>

- 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。

12水
10:30
12:00
Web 会場

パソコン中級PowerPoint①

PowerPointの画面構成と表示モード、新しいスライドの挿入、箇条書きテキストの入力、SmartArt(図解)の挿入と編集等を学びます。

会場: 3F セミナールーム

12水
13:00
14:30
Web 会場

パソコン中級PowerPoint②

PowerPointの表の挿入と編集、Excelの表の挿入と編集、プレゼンテーションの実施方法を学びます。

会場: 3F セミナールーム

12水
15:00
16:30
Web 会場

パソコン中級PowerPoint③

発表時の基本操作、自動プレゼンテーション、リハーサルと発表者ツール、ノート等を学びます。

会場: 3F セミナールーム

19水
10:30
12:00
会場

パソコンキーボード入門①

日本語入力の基本(変換キー、ファンクションキー、再変換)、文章の入力(文節変換、一括変換)、文書の保存、上書き保存などの基本操作を学びます。

会場: 3F セミナールーム

19水
13:00
14:30
会場

パソコンキーボード入門②

長文入力練習(検定問題を体験)、文書の編集(文字のコピー、切り取り、貼り付け)、ファイルとフォルダ管理(ファイルの移動、コピー、削除)などの基本操作を学びます。

会場: 3F セミナールーム

20木
14:00
15:30
Web 会場

マスクでも伝わりやすい話し方

マスク会話での伝わりやすい話し方を、アナウンサーが解説します。どんな呼吸法や口の開け方をすれば、マスクでも声が相手に届きやすいのかレクチャーします。マスク面接時に、印象がアップする笑顔も習得できます。

会場: 南館会議室A

21金
13:00
16:00
Web 会場

**適職発見交流会×ミニ合同企業説明会
“人を幸せにするお仕事編”**

直接「ありがとう」と感謝される仕事があれば、陰ながら人を支える仕事もあります。誰かの役に立ったり、笑顔にしたり、守ったり...間接的にしあわせにしたり、そんな仕事について考えます。ミニ合説もあります。

会場: 3F セミナールーム

24月
10:30
12:00
Web 会場

**就活塾・ポジティブなものの捉え方①
レジリエンス(立ち直る力)の必要性**

①レジリエンスの必要性: レジリエンスとは何か? 今なぜレジリエンスが必要なのか? レジリエンスを支える要素とは? 精神的な回復力について理解します。

会場: 3F セミナールーム

24月
13:00
14:15
Web 会場

**就活塾・ポジティブなものの捉え方②
認知の歪み**

②認知の歪み: 認知の歪みが全くない人はいませんが、その歪みから不安や苦しみが生まれているとしたら...? 捉え方・考え方・意味づけが変われば、心のあり方も変わります。

会場: 3F セミナールーム

24月
14:30
16:00
Web 会場

**就活塾・ポジティブなものの捉え方③
客観的に物事を捉える**

③客観的に物事を捉える: 客観的に物事を捉え、ポジティブな側面に焦点を当ててみましょう。就職活動に向けて、ポジティブなものの捉え方ができるようになります。

会場: 3F セミナールーム

UIJターン支援(動画紹介)

大阪府内の企業紹介動画を公開しています。
経営者による説明や、社員の声もありますので、ぜひご覧ください。



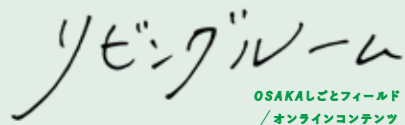
その他のメニューや詳細は、Webサイトまで。
また、メニューの利用やセミナーの申込みには
OSAKAしごとフィールドのメンバー登録が必要です。

未登録の方はコチラ!

[OSAKAしごとフィールド](#)



自宅でできる就活しよう



過去に実施した一部のセミナーを、アーカイブ動画として配信しています。
OSAKAしごとフィールドのメンバー登録をした方であれば、
無料でさまざまなコンテンツをご覧いただけます。
気になるものがある方はぜひご利用ください。



詳細はこちら▶



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

[OSAKAしごとフィールド](#) <https://shigotofield.jp/>

申込みは
コチラから!



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

- 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

OSAKAしごとフィールド



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

1/17
10:30 月
11:30

**メイク迷子さんへ贈る
お仕事メイクの基本のキ**

普段なんとなくでメイクしている方へ。メイクは自分の印象を左右する大事なポイント。今回はお仕事メイクの基本と、オンラインで映えるメイクをお伝えします。お手元に普段お使いのメイク品をご用意ください。詳細はWebページへ。

講師: 株式会社ポーラ **Web**

55歳以上の方

1/18
14:00 火
15:30

**オンラインは怖くない!
スマホ・タブレット・パソコンの楽しみ方入門**

オンラインが必須となった時代、スマホ・タブレット・パソコンに対する苦手意識と一緒に払拭しましょう! 基本的な知識やオンライン講座の視聴方法、セキュリティ対策等を分かりやすく解説します。

講師: ヒューマンアカデミー株式会社 大橋由美氏 **Web 会場**

障がいのある方

1/19
13:00 水
17:00

障がい者企業面接会

企業と就職を目指す障がい者を結びつける、完全予約制の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】1月11日(火)

企業と出会う **会場**

**35歳以上
54歳以下の方**

1/25
10:30 火
12:00

演じることで変わるいくつかのコト

皆さんは普段俯瞰して自分自身を見ていますか? 就職活動や日常において自分を上手に表現できないアナタに、人に見られる仕事の舞台俳優だからこそお伝えできる、自分を俯瞰して上手に表現できるポイントをお伝えします!

講師: 俳優・脚本家・演劇プロデューサー 浜口望海氏 **Web**



● 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

すべての方

1/6

14:00🕒
15:00

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 **会場**

すべての方

1/11

13:00🕒
13:50

**就活するならまずはコレ！
しごとフィールド活用ツアー**

OSAKAしご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？

会場

35歳～54歳の方

1/20

10:30🕒
12:30

**氷河期世代のRe:スタートプログラム
～トークングスキル編～**

就職活動に必要な3つのスキルをあらためて学び直すプログラムです。今回はトークングスキル編！苦手意識を持った人が多いトークングスキルを学んで、Re:スタートしてみませんか？

講師:co-en 浜口桂氏 **Web**

女性・ママ

1/21

10:00🕒
11:00

**働く女性のマナー講座
「自分らしく輝くスタイルを見つける」**

働く上で身だしなみは重要なポイント。人間関係やコミュニケーションを円滑にするツールとも言えます。何を意識することで見た目の印象を変えられるのか、身だしなみやビジネスマナーについてお伝えます。

講師:オーダーメイドサロン「船場ビスポーク」店主 瀬島京子氏 **Web**

55歳以上の方

1/11

14:00🕒
15:00

**足の健康
セミナー**

**足の爪の切り方ひとつで歩行が変わる!?
100歳まで自分の足で歩こう**

日本ではまだまだ重要視されていない「足の健康」は、実はとても重要です。このセミナーでは、100歳まで自分の足で歩くための秘訣等をお伝えます。足の爪の切り方ひとつであなたの歩行が変わるかも？

講師:足育研究会 代表 高山かおる氏 **Web** **会場**

すべての方

1/11

14:00🕒
15:00

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 **会場**

女性・ママ

1/21

10:30🕒
12:30

**しごとの魅力発見会
～働き方いろいろ編～**

さまざまなおしごとの魅力を直接担当者から聞いていただける「しごとの魅力発見会」。今回はリモートワークなどいろいろな働き方を取り入れている企業が集まります。私服で気軽にご参加ください！

会場

すべての方

1/21

18:00🕒
19:30

**聞いて・見て・知って・くらべて納得！
介護業界の“今”がわかるオンラインセミナー**

介護の仕事内容を入所・通所・訪問別に徹底比較！それぞれの現場で働く職員をお招きし、多様で柔軟な働き方の全貌と、納得のいく職場選びのコツをお伝えます。未経験で介護の仕事にチャレンジしたい方必見！

Web

女性・ママ

**1/12水
～1/14金**

09:30
12:30

**わたしのRe:スタートプログラム
～3日間集中！PC講座編～**

これから新たな一歩を踏み出したい女性を応援！仕事で活用できるPC講座を開催します。ワードやエクセルをもっと使いこなしたい！スキルアップしたい！という方におすすめです。
※14日(金)のみ9:30～14:30となります。

講師:大阪労働協会 横道幸広氏 **会場**

35歳～54歳の方

1/13

10:30🕒
12:30

**氷河期世代のRe:スタートプログラム
～ロジカルライティング編～**

氷河期世代の就職活動に必要なスキルをあらためて学び直すプログラムです。今回のスキルは「ロジカルライティング」論理的な文章力を学び、Re:スタートしてみませんか？

講師:co-en 浜口桂氏 **Web**

すべての方

1/25

13:30🕒
15:00

お悩み解決！応募書類の準備セミナー

「どこから手を付けたらいい?」「作ったけどしっくりこない。」アットホームな少人数セミナーで、今さら聞けない基本からあなたの個人的なお悩みまで、経験豊富なキャリアカウンセラーがお答えします！

講師:OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー **Web**

女性・ママ

1/27

10:30🕒
12:00

**わたらしい働き方のヒント
「リモートワークの環境づくり」**

テレワークで時間の使い方や場所の選択肢の自由度が上がる一方で、家族がいる普段の生活と切り離しにくく、集中するのが難しい、生産性が落ちてしまう、と感じることはありませんか？今回はテレワークをする上での環境の整え方や、生活の工夫をご紹介します。

講師:ライフオーガナイザー 田中佐江子氏 **Web**

女性・ママ

1/14

13:30🕒
15:00

“わたらしく”働くための基礎知識

「家事や介護と仕事を両立したい」「扶養内で働きたい」など、働き方はひとそれぞれ。このセミナーでは、様々な働き方や働くために知っておきたいことをお伝えます。“わたらしさ”を発揮できる働き方を考えてみませんか？

講師:OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー **Web**

すべての方

1/17

14:00🕒
15:00

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 **会場**

35歳～54歳の方

1/27

10:30🕒
12:30

**氷河期世代のRe:スタートプログラム
～コミュニケーション編～**

就職活動に必要な3つのスキルをあらためて学び直すプログラムです。今回はコミュニケーション編！関係性を高めることができるコミュニケーションを学び、Re:スタートしてみませんか？

講師:co-en 浜口桂氏 **Web**

すべての方

1/28

14:00🕒
15:00

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 **会場**

55歳以上の方

1/17

14:00🕒
15:00

**健康長寿のための糖尿病と貧血の付き合い方
～サルコペニア・フレイルの話題を含めて～**

近年注目されている、健康長寿にかかせない「サルコペニア予防」や「フレイル予防」をご存じですか？すぐに生活に取り入れられる運動や食生活のポイントを学び、糖尿病や貧血の予防や上手な付き合い方を学びましょう。

講師:大阪大学大学院医学系研究科老年・総合内科学医学部講師 赤坂憲氏 **Web** **会場**

女性・ママ

1/18

10:00🕒
15:00

働く女性・働きたい女性のための相談会

あなたの「働く」に関連するお悩みを解決するための相談会を開催します。仕事探しが思うようにいかない方や、働くことについて漠然とした不安を抱えている方も、ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

Web

55歳以上の方

1/28

14:00🕒
15:00

55歳以上の方対象 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！

Web **会場**

すべての方

1/29

13:00🕒
16:00

LGBTQ コミュニティスペース for Work

就活や仕事の話をする際「セクシュアリティについても普通に話せたらいいのに」と思ったことはありませんか？LGBTQの方が、就活や仕事について話し合える場を開放しています！

会場:ハローライフ3F(大阪府大阪市西区鞆本町1-16-14) **会場**

障がいの
ある方

1/18

10:30🕒
12:30

**障がい者雇用を目指す方向け、
面接対策セミナー【午前の部】**

もうすぐ面接を受ける・面接会に参加する方必見！仕事についての理解を深め、ビジネスマナーを身に着けて、本番に備えましょう。

講師:スリーピース 瀧川氏 **会場**

49歳
以下の方

1/18

14:00🕒
15:00

事務職を選ぶ時に知っておきたいこと

事務職をめざす方に具体的なイメージを！知っているようで知らないこと、ちょっと覚悟してほしいことを、元企業採用担当のキャリアカウンセラーがわかりやすくお伝えます。

講師:OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー **Web**

障がいの
ある方

1/18

14:30🕒
16:30

**障がい者雇用を目指す方向け、
面接対策セミナー【午後の部】**

もうすぐ面接を受ける・面接会に参加する方必見！仕事についての理解を深め、ビジネスマナーを身に着けて、本番に備えましょう。

講師:スリーピース 瀧川氏 **会場**

女性・ママ

1/20

10:00🕒
11:30

**わたしと向き合う
90分**


**心理学の「ドライバー」から知る
あなたの強み**

日常で「ついやってしまう」「こうしないと不安」という行動パターンはありませんか？それは交流分析の人生脚本という理論の「ドライバー」の影響かもしれません。それを知る事で強みとして活かし、自分らしく活躍しませんか？

講師:交流分析士インストラクター・キャリアコンサルタント 坂本美江氏 **Web**

大阪東ハローワークコーナー

OSAKAしごとフィールドでは、「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コンサルティングとあわせてご利用ください。



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しごとフィールドの登録が必要です。

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

来所により上記のサービスをご利用いただけるほか、求職者マイページ(※)開設者には、オンラインにて求人情報などの情報提供や職業紹介のサービスを提供しています。

※求職者マイページについてはこちら▶

