

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。問合せ・お申込みは、右記の二次元コードの遷移先ページからお願いします。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。



https://osaka-jakunen-chiki.mhlw.go.jp/

**1/15** まるごと集中講座(夜間PC講座) Web 会場

18:00 水  
19:45

[Word講座]18:00~18:45 [PowerPoint講座]19:00~19:45  
Officeソフトの使い方に自信がない方向けに、使い方の基礎からお伝えします。(来場・オンラインが選べます)

**1/20** まるごと集中講座(夜間PC講座) Web 会場

18:00 月  
19:45

[Excel講座①]18:00~18:45 [Excel講座②]19:00~19:45  
Officeソフトの使い方に自信がない方向けに、使い方の基礎からお伝えします。(来場・オンラインが選べます)

**1/24** 働く人の時間管理セミナー Web

19:00 金  
20:00

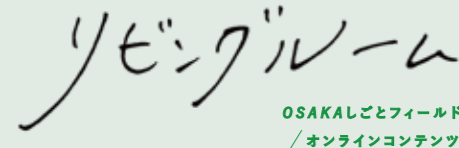
自分の時間の使い方のタイプを知って、仕事における時間管理・タイムマネジメントを考えるセミナーです。多様な働き方や時間管理のポイントをお伝えしますので、自分にあった働き方を一緒に考えましょう。

**1/25** まるごと集中講座(自己分析ワークショップ) 会場

13:00 土  
16:15

自己分析ってなかなか進まない…と悩んでいませんか?講座を通して自己分析から自己PR文の作成と講師からのフィードバックまで一貫しておこなえます。ぜひお気軽にご参加ください!

自宅でできる就活しよう



OSAKAしごとフィールド / オンラインコンテンツ

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▶



2024年4月1日以降の開講講座対象  
大阪府スキルアップ支援金申請受付中

資格取得講座の受講費用を  
50%~75%補助!



雇用保険に加入したことが無い方、雇用保険の受給資格を喪失して1年以上の方、雇用保険に加入してから1年未満の方などが対象

たとえば...

退職してから1年以上の方

入社してから1年未満の方

今まで働いたことがない方

フリーランスとして1年以上働いている方



ご予約お問合せ **OSAKAしごとフィールド**  
TEL:06-4794-9198 FAX:06-6232-8581

平日 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  
コチラから!



- 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、事前にお申し出ください。
- 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の一環として(受託)OSAKAしごとフィールド運営共同企業体が作成しました。



参加無料 要予約

# OSAKAしごとフィールド 就活情報 1月 2025

※会場変更やライブ配信、アーカイブ配信への変更等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

すべての方 会場

**1/9**  
13:30 木  
15:00

無印良品 グランフロント大阪で開催!  
新しい私との出会い、将来の私  
私に委ねる~コラージュワーク~

感情、感覚に身をゆだねて、自由なコラージュを作成してみます。  
“なんとなく”でできたものから自分自身を分析してみましょう。

講師:大阪バイオメディカル専門学校臨床心理士 中井美彩子氏  
会場:無印良品 グランフロント大阪 Open MUJI  
(大阪市北区大深町3-1)

35歳~  
54歳の方 Web

**1/17**  
10:30 金  
12:00

セルフコーチングのすすめ Step1  
~なりたいたい自分を描く~

自らがコーチとなり、自分自身を目標達成へと導くセルフコーチング。第一回目のテーマは「なりたいたい自分を描く」です。自分自身の心の奥を掘り下げながら、目標設定、自己理解、不安の解消などを学んでいきます。

講師:ひとのわ 福住昌子氏

55歳以上の方 会場

**1/23**  
13:00 木  
16:30

働きたいシニア応援!  
「55歳以上の合同企業説明会」

シニア人材を積極採用している25社が集まって合同企業説明会を行います!気になる企業があればそのまま応募も可能です。仕事に関する相談会をはじめ多数コンテンツもご用意しています!お気軽にお越し下さい。

39歳以下の方 会場

**2/13**  
14:00 木  
17:30

あんしん就活 STEP2 |  
おすすめの5~6社が参加!企業交流会

「次は会社選びで失敗したくない」「面接が苦手」そんな方は、「あんしん就活」へ。参加する企業全てと交流し、マッチングしたら後日職場体験ができます。社内の雰囲気や業務を体験し、働く前の不安を解消しましょう!

活かせる才能は?  
どんな仕事に向いてる?

就活検定  
by OSAKAしごとフィールド



- 就活前にレベルチェック! /
- 自分の特性がわかる!
- 自分の学力がわかる!
- 40問の設問に答えるだけ!
- 月毎に変わる設問に答えてレベルアップ!

受験はコチラから



https://3kubuta.com/shu-ken/



55歳以上の方  
1/7 13:30  
1/8 15:30  
1/9 13:30  
会場

**シニアチャレンジ研修  
【パソコンで事務職体験研修】**

事務職に興味のある方必見です!WordやExcelを使用して実際の事務職に必要なパソコンのスキルを3日間通して学んでみませんか?

講師: 氣愛塾 福田雅子氏

すべての方  
1/10 13:00  
13:40  
会場

**初めての方必見!  
OSAKAしごとフィールド活用案内♪**

OSAKAしごとフィールドキャリアカウンセラーがカウンセリングの活用事例やセミナーなどについてご案内します。終了後には、プチカウンセリング体験もご用意!スキマ時間でお気軽にご参加ください。

講師: OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー

すべての方  
1/10 14:00  
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び、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  
1/24 10:30  
12:00  
会場

**骨格診断で見つける!  
自分に似合うオフィススタイル**

簡易的に一人一人の骨格を診断し、タイプごとに似合いやすい服装の傾向をお伝えいたします。オフィススタイルを選ぶポイントを学び、自信を持って就活に臨みましょう!

講師: フリーアナウンサー  
ビューティイメージコンサルタント 小林万希子氏

すべての方  
1/24 13:30  
15:00  
会場

**カウンセラー企画  
自分発見セミナー<<適職探しのヒント>>**

自分らしい仕事選びは、まず自分自身を知ることから。このセミナーでは、カードを使って自分が大事にしている価値観を探ります。ワークを通して今の自分の強み・自分にとっての適職のヒント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

すべての方  
1/25 13:00  
16:00  
会場

**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!

すべての方  
1/11 11:00  
12:30  
会場

**親子でマジック教室**

プロのマジシャンが、簡単にできるマジックを皆さんに伝授します!楽しいマジックショーもあります。仕事と子育ての両立に向けて、楽しく子育てするきっかけづくりにご活用ください。

講師: マジシャン 松田有生氏

55歳以上の方  
1/15 10:00  
1/16 11:30  
1/17 10:00  
会場

**シニアチャレンジ研修  
【コミュニケーション・おもてなしマインド習得研修】**

シニアの再就職先として注目される接客などの対人業務。その基礎となるコミュニケーション・ホスピタリティを、講義だけでなくワークショップを通じて習得できます。日常生活でも役立つ思考が身につきます!

講師: 岡田花枝氏(1,2日目)/池嶋亮氏(3日目)

44歳以下の方  
1/15 13:30  
15:30  
会場

**職業適性検査で見ると  
自分に合ったしごと発見セミナー**

自分にあった仕事探し、難しいですか?自分のことは意外に分からないから、客観的な指標として職業適性検査の結果を知るのも、仕事探しに役に立つかもしれません。実際に検査とワークをしながら自分にあった仕事を発見しませんか?

講師: 大阪市域若者サポートステーション キャリアカウンセラー

35歳～54歳の方  
1/28 10:30  
12:00  
Web

**公認心理師が伝える  
メンタルの整え方**

「自己分析をしていると落ち込んできた」ということはありませんか?今回は公認心理師をお招きし、落ち込んだ時のメンタルの整え方、いざ面接という際に緊張をほぐす方法や、自己肯定感を上げるコツをお伝えします。

講師: 公認心理師 植家萌美氏

すべての方  
1/29 14:00  
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び、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

39歳以下の方  
1/30 14:00  
15:30  
会場

**あんしん就活 STEP0 |  
プログラム説明会**

「次は会社選びで失敗したくない」「面接が苦手」そんな方は、「あんしん就活」で職場体験をして応募前にもっとその社社のことを知ってみませんか?プログラム説明会では参加企業などの詳細をお話します。

すべての方  
1/16 14:00  
15:00  
会場

**カウンセラー企画  
労働契約の際には確認!  
「労働条件通知書の解説」(正社員編)**

「入社前に聞いていた労働条件と、実際の労働条件が違う。」そのような事にならないため、採用時に企業から明示される労働条件通知書について、企業担当者が分かりやすく解説するとともに、質問にお答えします。

講師: OSAKAしごとフィールド リエゾンオフィサー

女性  
1/17 10:00  
15:00  
Web

**働く女性・働きたい女性のための相談会**

働くことに不安を抱えている方へ、就活の進め方、仕事に必要なスキルアップ、子育てなど家庭との両立、職場のトラブル、ひとり親の就業や生活、福祉や保育のお仕事などについて相談できます。お気軽にご参加ください。

すべての方  
1/20 14:00  
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び、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

すべての方  
1/30 13:30  
15:30  
会場

**カウンセラー企画  
もう困らない「私の」履歴書**

履歴書を書く時、何に困っていますか?「職歴が多すぎ、少なすぎ」「アルバイトばかり」「ブランクがある」「ネットの情報では結局どう書けばよいかわからない」等々…あなたの履歴書の「困った」を一緒に考えてみましょう!!

講師: OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー

女性  
1/30 11:00  
12:30  
14:00  
15:30  
会場

**女性のためのおしごとプチ体験**

大人もしごとの“おためし体験”ができればいいのに…と感じたことはありませんか?今回は、かに道楽の店舗で接客スタッフとしてお抹茶たての体験をしていただきます。制服(2部式着物)の着用体験もご用意します。

会場: かに道楽網元本館 (大阪市中央区西心斎橋2-13-15)

35歳～54歳の方  
1/31 10:30  
12:00  
Web

**セルフコーチングのすすめ Step3  
～フィードバックで自分を育てる～**

自らがコーチとなり、自分自身を目標達成へと導くセルフコーチング。第三回目のテーマは「フィードバックで自分を育てる」。自分で一歩を踏み出すための、ふりかえり、承認、行動について学んでいきます。

講師: ひとのわ 福住昌子氏

すべての方  
1/22 10:30  
12:00  
Web

**ファイナンシャルプランナー直伝!  
子育て中の方向けマネープランセミナー**

子育てする上で必要な学費など、ライフステージごとの家計支出の目安をお伝えします。簡単な家計管理のコツやNISA、iDeCoのポイントもお伝えするので、“お金が貯まる1年”にするためのきっかけにご視聴ください。

講師: ファイナンシャルプランナー・社会保険労務士 久保田あきみ氏

49歳以下の方  
1/23 15:00  
17:00  
会場

**グループディスカッション選考に向けた準備講座**

企業の採用選考や公務員試験に用いられる「グループディスカッション選考」。個別面接対策はできていても、グループディスカッションの対策はできていない人も多いのでは?まずはコツを学んで事前準備を整えましょう!

講師: OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー

35歳～54歳の方  
1/24 10:30  
12:00  
Web

**セルフコーチングのすすめ Step2  
～モチベーションを引き出す～**

自らがコーチとなり、自分自身を目標達成へと導くセルフコーチング。第二回目のテーマは「モチベーションを引き出す」です。自分が前に進めるよう、モチベーションや前向きな質問、行動計画などを学んでいきます。

講師: ひとのわ 福住昌子氏

39歳以下の方  
2/6 13:00  
16:30  
会場

**あんしん就活 STEP1 |  
準備セミナー**

「次は会社選びで失敗したくない」「面接が苦手」そんな方は、「あんしん就活」へ。自己理解ワーク・基本的なビジネスマナー講座を受けられます。スタッフとともに企業交流会・職場体験に向けて準備しましょう。

**OSAKA しごとフィールド メニュー紹介**

**就活の相談、できます!  
キャリアカウンセリング**

就活の悩みや進め方に対し、これまでの仕事内容やご希望をうかがいながら、キャリアカウンセラーがマンツーマンでご相談に応じます。

**要事前予約**

**応募書類の作成、印刷に  
パソコン・作業スペース**

応募書類の作成などに、パソコン(印刷可)や空間をご利用いただけます。電源もご用意しますので、個人パソコンの持ち込みもOK!就活に役立つ本や求人誌も、自由にご覧ください。

---

**要事前予約**

**本番さながらのシミュレーションも!  
書類添削・面接特訓**

キャリアカウンセリングの中で、応募書類へのアドバイスや、本番さながらの面接シミュレーションをおこないます。

**要当日予約**

**ちょっとした相談にその場でお答え!  
ワンポイントアドバイス**

「面接対策について相談したい!」「応募書類を見てほしい!」そんな就活に関する不安をキャリアカウンセラーに気軽に相談できます。