

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

要事前  
予約

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。

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。電源もございますので、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。

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



OSAKA しごとフィールド

就活情報

3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。スタッフつばやき中！ OSF\_JOBhunt

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  
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  
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。

自宅のできる就活しよう

リビングルーム  
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のアーカイブ動画や、  
応募書類作成のポイントなど、就活中の方に役立つ情報を配信しています。  
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。  
ぜひご利用ください。



OSAKA しごとフィールド  
Webサイトに掲載

就活に役立つ動画や記事を配信中！

- 選考突破のためのスキルアップ！  
面接突破セミナー
- もう「どう書いたら…」で悩まない！  
志望動機や自己PRの書き方
- 自分にあった自己分析を知ろう！  
自己分析講座
- 保活経験者が登場！  
先輩ママ・パパ保活座談会 など



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。

35歳～  
54歳の方

3/1 土  
3/14 金

Web

ミドル世代向け仕事説明会

ミドル世代の採用に意欲的な企業の話聞いてみませんか？  
気になる企業には、職場見学や職場体験を申込みます！アー  
カイブ配信のため期間中はいつでもご覧いただけます。

講師：アドバンスワードサポート 阿部浩子氏



女性向け

3/7  
10:00 金  
19:30

Web 会場

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。就活や、仕事と家庭の  
両立、起業・フリーランス、こころの悩み等、「働く」こと  
に関するお悩みについて、複数の専門機関に  
一度にご相談いただけます。お気軽にご参加  
ください。



すべての方

3/4  
13:30 火  
15:00

会場

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  
私と対話する～マンガ思考®ワーク～

自分の感情をあなただけのキャラクターとして絵に描いて、  
表現してみます。キャラクターとの対話を通じて、自分自身を  
客観視してみましょう。

講師：マンガ思考®コーチ 能政彩乃氏  
会場：無印良品 グランフロント大阪（大阪市北区大深町3-1）

55歳以上の方

3/21  
10:00 金  
12:30

会場

社交ダンスが変える人生観と仕事観  
～人生後半戦の働き方革命～

自分にあう仕事って何だろう？人からの評価ではなく、自分が  
満足できる仕事って？相手との共同作業の中で言葉を介さ  
ない思いやりや仕事の楽しさ、立ち居振る舞いを学びます。  
本イベントは体験型セミナーです。動きやすい服装でお越し  
ください。

講師：一般社団法人 DanceSport Heritage Japan 北牧雅文氏

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://3kobuta.com/shu-ken/



●「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

35歳～54歳の方  
3/1(土)～3/31(月)  
Web



### 行動と習慣セミナー「行動編」 一歩踏み出すには

みなさんは、自分の行動や習慣について考えた事がありますか？このセミナーは、目標達成への一歩を踏み出す行動をワークを通じて学び、積極的かつ前向きに就活をしてもらうためのプログラムです。

講師：ひとのわ 福住昌子氏

すべての方  
3/1  
13:00(土)～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」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！

講師：株式会社クリエイティブユニバース 代表 榎本祐輝氏

すべての方  
3/3  
10:30(日)～12:00  
Web




### ITコンサル直伝！親子で安心＆ 便利に使えるスマホ活用講座

子どもにスマホを持たせたり、使わせたりする時に役立つスマホの設定や、注意点などをITコンサルタントの視点からお伝えします。子育てや家事に役立つガジェットについてもご紹介いたします！

講師：株式会社クリエイティブユニバース 代表 榎本祐輝氏

女性  
3/14  
13:30(金)～15:00  
会場




### ～イライラの感情を上手にコントロールしよう！～ アンガーマネジメントセミナー

お仕事や家庭生活で予定通り・思い通りに進まずイライラしたり、モヤモヤが残ったり…ストレスを溜めずに上手に付き合う方法を考えてみましょう。

会場：クレオ大阪西 2階研修室 (大阪市此花区西九条6丁目1-20)  
共催：ハローワーク梅田、ハローワークプラザ難波、大阪府しごと情報ひろば  
予約：06-6214-9200 (ハローワークプラザ難波)

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  
3/14  
13:30(金)～15:30  
会場



### 【職業適性検査セミナー】 Part2 性格特徴を知ろう

就職活動では自己分析が非常に重要ですが、自分の強みや弱みを知っていますか？このセミナーでは、適性検査で「職業で活かせる性格特徴」のヒントを知ることができます。自分らしく働きたい方、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

女性  
3/17  
10:30(月)～12:00  
会場



### 手帳で未来を描いてみよう

手帳型シートを使ったワークで昨年を振り返り、今年の目標設定をしてみませんか？未来のイメージを明確にして、自分らしい働き方を考えるきっかけにしましょう。

講師：魅力を引き出し輝かせる色彩コンサルタント 岡村知美氏

55歳以上の方  
3/4(火)  
第一部 10:00～11:30  
第二部 14:00～15:30  
会場



### 55歳以上のシニア向け 会社見学・お仕事体験会inかに道楽

株式会社かに道楽でお仕事体験を開催いたします！お仕事の説明だけでなく、実際の職場の様子も見学し、お仕事の一部を体験してみなさんが働くイメージをより具体的に膨らませてみませんか。

会場：かに道楽網元本館 (大阪市中央区西心斎橋2-13-15)

企業と出逢える

すべての方  
3/4  
18:00(火)～19:30  
Web



### 共感とサポートで築く家族の絆： 子育て世代のパパ向け 夫婦コミュニケーション講座

より良い夫婦関係を築くには「伝え方」が大切です。パートナーへの効果的な声かけのポイントや、コミュニケーションのコツを実践的に学びます。

講師：研修講師・フリーアナウンサー・ボイストレーナー 西元有紀氏

女性  
3/7  
10:00(金)～11:30  
会場



### 資生堂が伝える！ 自分らしく輝くための セルフプロデュースセミナー

好印象を与えるメイク術などを学ぶことで自信をもって就活に臨みましょう！後半は、コミュニケーションを取る上で重要な「受援力」に関するグループワークを行います！

講師：資生堂ジャパン株式会社 ソーシャルエリアパートナー

すべての方  
3/18  
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  
3/18(火)  
第一部 10:30～12:00  
第二部 14:00～15:30  
Web



### 女性のための パートタイムジョブフェア

「自分のペースで働きたい」というあなたへ、パート・アルバイトでライフスタイルに合った働き方を実現してみませんか？求人サイトでは見つからなかった希望のお仕事が見つかるかも！

共催：大阪市しごと情報ひろば

企業と出逢える

女性  
3/21  
10:30(金)～12:00  
会場



### ～楽しく働くために自分時間を作り出そう！～ “Me-Time”の見つけ方セミナー

家事育児などで忙しい毎日をご過ごすあなたに、自分らしく働くために“Me-Time”(自分時間)の見つけ方のコツをワークを通じてお伝えします。

講師：OSAKAしごとフィールド 子育て・しごと応援ルーム 「ふあみタス」両立支援カウンセラー  
会場：クレオ大阪西 2階研修室 (大阪市此花区西九条6丁目1-20)  
共催：ハローワーク梅田、ハローワークプラザ難波、大阪府しごと情報ひろば

企業と出逢える

女性  
3/7  
13:00(金)～14:30  
会場



### 家事との向き合い方の新提案！ 家事マネジメントセミナー

衛生環境を整える **DUSKIN** mermaid

仕事と家事・育児を両立するために、実践しやすい家事の短時間テクニックを伝授！メリーメイドでの働き方についてもお伝えしますので、家事スキルを活かしながら働いてみたい方も是非ご参加ください。

講師：株式会社ダスキン 近畿地域本部 ケアサービス推進室 メリーメイドマネージャー 平野章恵氏

35歳～54歳の方  
3/7(金)～3/31(月)  
Web



### 行動と習慣セミナー「習慣編」 ふりかえりと習慣化

みなさんは、自分の行動や習慣について考えた事がありますか？このセミナーでは、ふりかえりと習慣化をワークを通じて学び、積極的かつ前向きに就活をしてもらうためのプログラムです。

講師：ひとのわ 福住昌子氏

すべての方  
3/11  
13:00(火)～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  
3/26  
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

## パーソナルカラー診断 in OPENふあみタス

資生堂による簡易的なパーソナルカラー診断を実施します。自分に似合う色を知ることで、自分の個性、魅力を引き出してみましょう！

日時 3月12日(水) 13:00～15:00

講師 資生堂ジャパン株式会社 ソーシャルエリアパートナー

※一人あたり15分程度 ※混雑状況により、お待ちいただく場合がございます。予めご了承ください。

自由におもちゃで遊べる！ 予約不要 入室自由

# OPEN ふあみタス

自由におもちゃで遊んだり、絵本を読んだり、仕事と家庭の両立や保活について相談したり、ママ友とおしゃべりしたり！のんびりお過ごしください！授乳・おむつ替えができるコーナーもあります☆ぜひお子さまと一緒にふらっとお立ち寄りください！

今日は 3/12(水) 3/26(水)

午前の部 10:00-12:00 午後の部 13:00-15:00

すべての方  
3/11  
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

54歳以下の方向け  
すべての方  
3/12  
13:30(水)～15:00  
会場




### カウンセラー企画 【公務員志望の方におススメ】小論文作成の手引き

小論文は公務員の新卒・中途採用試験や企業の昇格試験でよく用いられ、そこでは自分の考えを論理的に説明できるかが問われます。本セミナーでは小論文の構成や内容を中心に、作成上の留意点をお伝えします。

講師：OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー

49歳以下の方  
3/13  
15:00(木)～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

## 家庭と仕事を両立したいあなたに！

ご利用は全て無料

# 子育て・しごと 応援ルーム ふあみタス

ファミリーにとって助けに、そして+になる場所

- 1 就職&保活相談**  
保育士資格のあるキャリアカウンセラーが対応します！
- 2 各種セミナー**  
最新の保活情報や生活にプラスになる情報をお届けします！
- 3 一時保育**  
就活中、一時保育を無料でご利用いただけます！  
※ご利用には一定の条件があります。

一部、WEB実施あり

お子様との参加もOK！

- おむつ替えスペース有
- キッズスペース
- 授乳室

