



働きたいすべての女性を応援!

就職支援セミナー

京都ジョブパーク マザーズジョブカフェでは、就職支援セミナーや、さまざまなイベントを用意して、女性の就職活動をサポートしています。

受講料
無料

女性就職支援セミナー

4月4日(木) 10:00~12:00

前向きに生きるヒント!
ポジティブ思考を身につける

定員 10名

4月8日(月) 10:00~12:00

強みを見つける自己分析

定員 10名

4月12日(金) 10:00~12:00

~自分らしさをことばにしましょう~
パーソナルブランド体験講座

定員 10名

4月16日(火)、18日(木)、19日(金)

①午前コース 9:30~12:00 ②午後コース 13:30~16:00

全3回

エクセルを使って帳票づくりにチャレンジしよう!

定員 10名

4月22日(月)、23日(火)、24日(水)

①午前コース 9:30~12:00 ②午後コース 13:30~16:00

全3回

パワーポイントを使って
プレゼンテーション資料を作成しよう!

定員 10名

ひとり親コーナー

4月19日(金) 10:00~12:00

ほっこりカフェ 自分をエンパワーメントしよう!

定員 8名

4月25日(木)、26日(金) 10:00~15:00

パソコン講習会 初歩コース

全2回

定員 10名

場所
らら京都内

受講中、
キッズルームを
利用できます
(無料)

講座の
詳細情報は
裏面へ

受講にはマザーズジョブカフェ又は京都ジョブパークへのご登録が必要です。(当日の登録も可能)

お問い合わせ
お申込み

TEL.075-692-3445

マザーズジョブカフェ総合受付まで

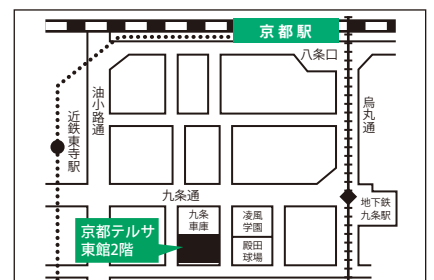
受付時間: 月~土 / 9:00~17:00 (日・祝日、年末年始(12/29~1/3)は休み)

京都市南区東九条下殿田町70 京都テルサ東館2階 京都府男女共同参画センターらら京都内

セミナー情報はこちらでもご覧になれます

<http://www.pref.kyoto.jp/mothersjobcafe/>

Webサイト
QRコード



●JR【京都駅】八条口から徒歩15分 ●市バス九条車庫すぐ
●近鉄【東寺駅】・地下鉄【九条駅】から徒歩8分

共催: 京都府男女共同参画センターらら京都

毎月さまざまなテーマで講座を開催しています。いずれも無料です。お気軽にお申込みください!

※受講にはマザーズジョブカフェ又は京都ジョブパークへのご登録が必要です。(当日の登録も可能)

女性就職支援セミナー

先着順の受付になります。お早めにお申込みください。

要予約

日程	時間	講座	詳細	定員
4月4日(木)	10:00~ 12:00	前向きに生きるヒント! ポジティブ思考を 身につける	ストレスが溜まっている時は、ストレスを溜め込みやすい 考え方や思考になりがちです。ストレスの溜まりにくい考 え方を、ペアワークなどを通して学び、ポジティブ思考をも つ視点を学びます。	10名
4月8日(月)	10:00~ 12:00	強みを見つける 自己分析	これまでの経験や体験、何をどのようにやってきたのか整 理し、できることや強みを見つけましょう。	10名
4月12日(金)	10:00~ 12:00	~自分らしさを ことばにしましょう~ パーソナル ブランド体験講座	自分のことは自分が一番知っているつもりでも、言葉にで きなれば相手には伝わりません。なぜ、パーソナルブラン ドが必要なのか、わかりやすいステップで進めていきます。 楽しいワークをしながら、なりたい自分に出会ってみませ んか。	10名
4月16日(火) 18日(木) 19日(金) (全3回)	①午前コース 9:30~ 12:00 ②午後コース 13:30~ 16:00	エクセルを使って 帳票づくりに チャレンジしよう!	エクセルの入力や編集、効率的な表の作成手順、業務ですぐ 使えるポイント等も事例を交えながら紹介します。演習で 帳票やジョブカードを作成します。 ①午前コース②午後コースどちらかを選択してご受講ください。	10名
4月22日(月) 23日(火) 24日(水) (全3回)	①午前コース 9:30~ 12:00 ②午後コース 13:30~ 16:00	パワーポイントを使って プレゼンテーション 資料を作成しよう!	プレゼンテーションの基本操作や図解作成、表やグラフを 挿入し、訴求力のある資料作成を練習します。効果的なプレ ゼンテーションを行うための準備ができます。 ①午前コース②午後コースどちらかを選択してご受講ください。	10名

ひとり親コーナー

お申込み先

ひとり親家庭自立支援センター(月~土 9:00~17:00)
TEL:075-662-3773 FAX:075-662-3770

要予約

日程	時間	講座	詳細	定員
4月19日(金)	10:00~ 12:00	ほっこりカフェ 自分をエンパワーメン トしよう!	エンパワーメントとは自らが主人公となって主体的に選択 し、前に進んでいく力のことを言います。自分の中にあるそ れらの“力”をエンパワーメントカウンセラーと一緒に見出 してみませんか?SPトランプなど自己理解のツールを使 い、ワークをしながら学びます。 講師 キャリアカウンセラー 吉津 万々美 場所 ワーキングルーム	8名
4月25日(木) 26日(金) (全2回)	10:00~ 15:00 (休憩1時間)	パソコン講習会 初歩コース	初心者の方がパソコンに慣れることから始めます。仕事に必 要不可欠なパソコン操作。最初の一步から始めませんか。文 字入力の基礎・タッチタイピングの練習・簡単な書式設定操 作・ビジネス文書作成 費用 テキスト代 300円 保育 10日前までにお申し込みください。(3か月~就学前)	10名

スーツ、パンプス、バッグの無料レンタル!

マザーズジョブカフェでは子育てし
ながら働きたい女性の就職活動を応
援するため、お仕事の相談をしたご
登録者を対象にリクルートスーツ
(SS~LL)とパンプス(22~
24.5cm)、バッグの貸出をしてい
ます。詳しくは各コーナーにお問い
合わせください。



キッズルーム(無料)

保育士常駐のマザーズジョブカフェ内キッズルームをご利用いた
けます。

ご利用時のお願い

- ご予約はマザーズジョブカフェ総合受付までお電話ください。
(定員あり、原則5日前までの予約制※6か月~就学前)
- オムツやお着替えもお忘れなく。
- お子様に感染症のある場合は同伴をご遠慮ください。
- 飲食できるコーナーは限られております。

【お願い】 セミナー開始時間 10 分前には会場へお越しください。開始時間を過ぎると受講できない場合があります。
同じセミナーへの申込み、月 2 講座以上の申込みはお断りする場合があります。