

就職・転職を目指す女性のための

しごと力アップセミナー

京都ジョブパーク マザーズジョブカフェでは、仕事に役立つセミナーや、さまざまなイベントを用意して、女性の就職をサポートしています。

しごと力アップセミナー

開催場所 京都テルサ東館2階
(らら京都内)

1月14日(水) 10:00~12:00 協力:第一生命保険株式会社

女性のためのライフプランセミナー
～将来に向けて知っておきたいお金の話～

1月20日(火) 10:00~11:30

オンライン
講座 新年的好スタートを! 未来をつくる計画力・段取り力

1月22日(木) 9:30~12:00

資料づくりをセンスアップ!
色彩の基礎と配色のポイントを知ろう

1月23日(金) 9:30~11:00

この人と働きたい!と思わせる履歴書・職務経歴書の作成のコツ

1月27日(火) 10:00~11:30 協力:認定NPO法人あつたかサポート

春からの仕事を考える!女性のための社会保険
～働き方と収入の壁～

1月28日(水) ①午前コース 9:30~12:30 ②午後コース 13:30~16:30

速習!パソコン基礎講座～ワード編～

ひとり親の方向けセミナー

開催場所 京都テルサ東館2階
(らら京都内)

1月24日(土) 10:00~12:00

“ほっこり”セミナー 自分をエンパワーメントしよう

保育付き
(無料・要予約)詳しくは
中面へ *----->

受講にはマザーズジョブカフェ又は京都ジョブパークでのご登録および相談が必要です。
セミナー参加の方は、ハローワーク求職活動証明書が発行されます

働きたいすべての女性を応援する総合窓口

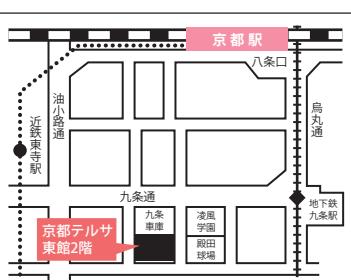
京都ジョブパーク マザーズ ジョブ カフェ

TEL. 075-692-3445

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

●JR【京都駅】八条口から徒歩15分 ●市バス【九条車庫前】すぐ ●近鉄【東寺駅】・地下鉄【九条駅】から徒歩8分
来所の際は、公共交通機関をご利用ください。





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。



受講中、保育室の利用可能！
(無料・要予約 ※定員あり)

しごと力アップセミナー

要予約

先着順の受付になります。お早めにお申込みください。



WEBからの
お申し込みはこちらから▶



日程	時間	講座	詳細	定員
1月14日(水)	10:00～ 12:00	女性のための ライフプランセミナー ～将来に向けて 知っておきたいお金の話～ 協力:第一生命保険株式会社	将来の働き方を考える上で、お金の問題は切り離せない重要なテーマです。ライフサイクルゲームを通じて、社会保障制度、資産形成、リスクへの準備などを学びます。ご自身やご家族の将来設計を立て、安心して次のステップへと踏み出しましょう！	15名
1月20日(火)	10:00～ 11:30	【オンライン講座】 新年の好スタートを！ 未来をつくる 計画力・段取り力	就職活動や仕事を効率的に進めるために「計画力」は欠かせません。「目標設定のコツ」や「継続するために必要なこと」を学びながら、行動力を高める方法を身につけます。新しい年の始まりに、自分の未来を描く準備をしませんか？ 【オンライン講座について】 自宅等にてパソコンやタブレット、スマートフォンからミーティングZoomアプリを使用して受講するライブ形式のセミナーです。 詳細はお問い合わせください。	10名
1月22日(木)	9:30～ 12:00	資料づくりをセンスアップ！ 色彩の基礎と 配色のポイントを知ろう	身の回りには色があふれています。この講座では、色にまつわる基礎知識から心理効果、資料などを美しく見せるための配色のポイントなどをわかりやすくお伝えします。 ※パソコンは使用いたしません。	15名
1月23日(金)	9:30～ 11:00	この人と働きたい！と思わせる 履歴書・職務経歴書の 作成のコツ	採用担当者の心に響く応募書類の作成ポイントを分かりやすく解説します。「志望動機って何を書けばいいの？」「転職回数が多くて職歴のまとめ方がわからない」「自己PRがうまく書けない」などの不安を抱える方も、安心してご参加ください。 ※セミナー終了後、PCを使用して各自で応募書類を作成していただけます(希望者のみ・11:00～12:00途中退室OK・USBメモリ持参)	10名
1月27日(火)	10:00～ 11:30	春からの仕事を考える！ 女性のための社会保険 ～働き方と収入の壁～ 協力:認定NPO法人あつたかサポート	給与や社会保険、産休・育休、〇〇〇万円の壁のこと…実は詳しく知らないという方も多いのでは。社会保険労務士の講師が、女性が働くうえで知っておくべき制度をわかりやすくお伝えします。	20名
1月28日(水)	①午前コース 9:30～ 12:30 ②午後コース 13:30～ 16:30	速習！ パソコン基礎講座 ～ワード編～	文字入力の基本から、文書作成・レイアウト・表の挿入、印刷まで、仕事で使えるスキルをわかりやすくご紹介します。就職活動や職場ですぐに役立つスキルを身につけましょう。 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。 ※午前コースのみ保育付き(要予約)	各コース 10名



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。
- 多くの方に受講いただくため、お一人様1講座まで(ただし、ひとり親セミナーは複数受講可)とさせていただきます。
- 既に受講されたセミナーへの申し込みはお断りする場合がございます。

ひとり親の方向けセミナー

お申込み先 京都府ひとり親家庭自立支援センター TEL:075-662-3773
(月~土 9:00~17:00)

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

※ひとり親コーナーに登録されている方 又は、ひとり親の方で京都ジョブパークに登録されている方が対象の講座です

要予約

日程	時間	講座	詳細	定員
1月24日(土)	10:00~12:00	“ほっこり”セミナー 自分を エンパワーメントしよう	エンパワーメントとは「自らが人生を選択し前に進んで行く力」です。カウンセラーと一緒に、自分の中のエンパワーメント力に気づき、高めていきませんか? 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。 (保育締切日) 1月14日(水)	8名



毎月、京都府内各地での巡回相談(ひとり親自立支援コーナーのみ)や、
オンライン&電話カウンセリングを実施し、働きたい女性をサポートしています。

ひとり親の方のための巡回相談

お申込み先

ひとり親自立支援コーナー

TEL: 075-662-3773

要予約

ひとり親家庭のお母さん・お父さんのために、家庭の状況や職業適性に応じた相談、就職活動に役立つセミナーの案内など自立を支援します。

ご相談は予約制です。原則10日前までにお申込みください。それ以降のご予約についてはご相談ください。

会場・日時	場所
山城・宇治会場 1月20日(火) 10:00~16:00	ゆめりあうじ 宇治市宇治里尻 5-9
南丹・亀岡会場 1月27日(火) 10:00~16:00	ハローワークプラザかめおか 亀岡市安町中畠 100 スカイビル 5 階

働きたい女性・働く女性のための オンライン&電話カウンセリング

自宅で気軽に!
お子様同伴OK!



遠方で施設への来所が難しい方、妊娠・出産や子育て・介護等で外出が難しい方に、Zoomや電話での就業相談も実施しています。
お気軽に利用ください。

カウンセリング
申込フォームはこちら▼



オンライン&電話カウンセリングのお申込みは右の専用フォームからどうぞ。
追って日程調整のご連絡をいたします。※来所相談はお電話にてお問い合わせください。



皆様に安心して
利用いただくために

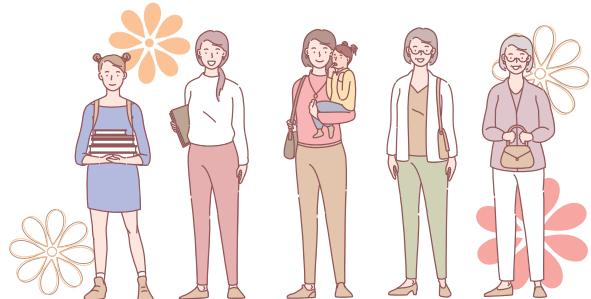
- 発熱やせき、体のだるさ等の体調不良がみられる場合は来所をお控えください。
- 会場内は適宜換気を行いますので、暑さ・寒さを調整できるよう各自対策のうえお越しください。
- 京都府内における各感染症発生や天候の状況によっては実施を見送る場合がございますので、ご了承ください。

マザーズジョブカフェってどんなところ？

京都府が開設している働きたい女性のための総合窓口です。

予約制のキャリアカウンセリングや就職に役立つセミナーなど多彩なメニューを用意して皆さまの就職を応援しております。

子育て中の方はもちろん、年齢やご状況、希望の働き方を問わず、就職・転職を希望する女性の方（※学生除く）ならどなたでもご利用いただけます。



このような方はぜひマザーズジョブカフェへ！

- | | |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> フルタイムかパート、働き方を迷っている | <input checked="" type="checkbox"/> 仕事と家庭、子育ての両立について考えたい |
| <input checked="" type="checkbox"/> 就職活動のすすめ方がわからない | <input checked="" type="checkbox"/> 育休中・産休中だが復職するか迷っている |
| <input checked="" type="checkbox"/> 正社員に転向したい | <input checked="" type="checkbox"/> 異婚を考えていて、今後の生活が心配 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 資格をとってスキルを高めたい | <input checked="" type="checkbox"/> シングル家庭で生活が苦しい。 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 保育所探しに役立つ情報を知りたい | 利用できる公的サポートを知りたい |

DV やハラスメントなど、その他のお悩みについても無料の専門相談窓口をご案内しています。

あなたの就職活動をお手伝いする多彩な支援メニュー！

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皆様の就職活動を応援するため、リクルートスーツ（5号～17号）、パンプス（22～24.5cm）、バッグの貸出を行っています。詳しくはお問い合わせください。

※マザーズジョブカフェにご登録のうえ、カウンセリングを利用されている方のみを対象とさせていただきます。



保育室（無料） 開設時間 9:30～15:30

セミナー受講やカウンセリング、面接に行かれる際に
保育士常駐のマザーズジョブカフェ内保育室をご利用いただけます。

ご利用時の
お願い

- 利用方法についてはマザーズジョブカフェ総合受付までお電話ください。
(対象は生後6か月～面接は3か月～就学前のお子様・定員あり)
- オムツやお着替え、飲み物（お茶など）もお忘れなく。
- お子様の体調によっては、ご利用をお断りする場合があります。



マザーズジョブカフェ
WEBサイト



ハローワーク京都七条
マザーズコーナー公式LINE

