

就活 Skill Up プログラム セミナー

マザーズ就活準備セミナー

～ まず扶養の範囲を理解しよう！ ～

就職活動を始める前に、知っておきたい
「扶養の範囲」と
「求人票で注目したいポイント」を伝授！
最新の制度改正を踏まえて説明いたします。

2025年1月16日(木)

時間 * 10時30分～12時00分
(10時15分より受付開始)

定員 * 10名 (先着順・予約制)

*一時保育あり：要予約・定員あり *お子様と一緒にご参加も可能です！

会場

クレオ大阪西・2階研修室

大阪市立男女共同参画センター西部館
大阪市此花区西九条6-1-20

開催日当日の連絡先

しごと情報ひろば (クレオ大阪西・マザーズ)
電話 06-6467-5145



申込・問合せ先

申込締切日：2025年1月14日(火) 17時15分 (※定員になり次第締切)

窓口 もしくは 下記お問い合わせ先からお電話でお申込みください。

〒530-0001 大阪市北区梅田1-2-2
ハローワーク梅田 職業相談第1部門 マザーズコーナー
06-6344-8609 (部門コード41#)
受付時間 平日8:30～17:15 (土日祝休み)



※ 雇用保険受給中の方は、当セミナーに参加されると求職活動実績になります。

1月 ※受講受付開始 12月2日(月) から

No	月日	時間	タイトル	申込・問合せ先
1	1/ 16 (木)	開始 10:30 終了 12:00	まず扶養の範囲を理解しよう！ マザーズ就活準備セミナー 就職活動を始める前に、知っておきたい「扶養の範囲」と「求人票で注目したいポイント」を伝授！最新の制度改正を踏まえて説明いたします。	ハローワーク梅田 (窓口) 職業相談第1部門 マザーズコーナー (電話) 06-6344-8609 【部門コード41#】 ※受付時間 平日8:30~17:15 土日祝、年末年始休み
2	1/ 31 (金)	開始 10:30 終了 12:00	印象アップで「引き寄せ力」を身に着けよう！ ビジネスマナーセミナー マナーは信頼を得るために大事なスキル。年の始まりに、好印象を与えるマナーを身につけ、仕事や新たな可能性を「引き寄せる」1年にしませんか？	OSAKAしごとフィールド (窓口) エル・おおさか本館2階 (電話) 06-4794-9198 ※受付時間 平日9:30~20:00 土曜9:30~16:00 日祝、年末年始休み



OSAKAしごとフィールドのホームページからも受講申込ができます

2月 ※受講受付開始 1月9日(木) から

No	月日	時間	タイトル	申込・問合せ先
3	2/ 7 (金)	開始 13:30 終了 15:00	“自分のテキセイ”を知って活かそう！ 職業適性検査セミナー 「自分の性格ってどんな性格？」「大事にしたい自分の価値観って？」「どんな仕事に対して興味や関心がある？」ご自身のテキセイ知ってみませんか？	ハローワークプラザ難波 (窓口) ハローワークプラザ難波 御堂筋グランドビル4階 (電話) 06-6214-9200 ※受付時間 平日10:00~18:30 第1/3土曜10:00~17:00 日祝、第1・3以外の土曜 及び年末年始休み
検査結果については後日、ハローワークプラザ難波にて個別に説明を行います。				
4	2/ 14 (金)	開始 13:30 終了 15:00	心理学からキャリアを 考えてみよう！ コミュニケーション スキルアップセミナー 「コミュニケーションでもう悩まない！！」心理学の考え方を取り入れながら、コミュニケーションスキルについて一緒に学びませんか？	ハローワークプラザ難波 (窓口) ハローワークプラザ難波 御堂筋グランドビル4階 (電話) 06-6214-9200 ※受付時間 平日10:00~18:30 第1/3土曜10:00~17:00 日祝、第1・3以外の土曜 及び年末年始休み

3月 ※受講受付開始 2月6日(木) から

No	月日	時間	タイトル	申込・問合せ先
5	3/ 14 (金)	開始 13:30 終了 15:00	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。	ハローワークプラザ難波 (窓口) ハローワークプラザ難波 御堂筋グランドビル4階 (電話) 06-6214-9200 ※受付時間 平日10:00~18:30 第1/3土曜10:00~17:00 日祝、第1・3以外の土曜 及び年末年始休み
6	3/ 21 (金)	開始 10:30 終了 12:00	私らしく働くために 自分時間を作り出そう！ “Me-Time”のを見つけ方セミナー 家事育児などで忙しい毎日を過ごすあなたに、私らしく働くために“Me-Time”(自分時間)のを見つけ方のコツをワークを通じてお伝えします。	OSAKAしごとフィールド (窓口) エル・おおさか本館2階 (電話) 06-4794-9198 ※受付時間 平日9:30~20:00 土曜9:30~16:00 日祝、年末年始休み



OSAKAしごとフィールドのホームページからも受講申込ができます