

ハローワーク大阪東 マザーズコーナー 託児付きセミナー

子育て世代のワークショップ

未来を見つめる

時間管理セミナー

～ライフイベント表作成にChallenge～

理想の働き方をデザインするために

1日の流れ 1週間の流れ 未来の見通し・・・

ライフイベント表を作成しながら

未来の生活を「見える化」しましょう！

* 意見交換を行う場合がありますので、ご了承の上ご参加ください*



日 時	令和7年3月10日（月） 10：00～11：00（受付開始9：45～）
場 所	ハローワーク大阪東 3階会議室A
定 員	12名（託児あり・要予約） 定員に達し次第受付を終了します ※託児受付は令和7年2月21日（金）締切
持ち物	鉛筆（シャープペンシル）、消しゴム
申込方法	当所窓口またはお電話にてお申し込みください

当セミナーは令和6年6月、11月に開催したセミナーと同一内容です
同一セミナーの参加は1回までとさせていただきます

〈当セミナーに関するお申し込み・お問い合わせ先〉

ハローワーク大阪東 マザーズコーナー

大阪府中央区農人橋2-1-36 ピップビル2階

電話 06-6942-4771（部門コード 47#）

ご利用時間 8：30～17：15（月～金）

土曜・日曜・祝日・年末年始休み

ハローワーク大阪東ホームページ

<https://jsite.mhlw.go.jp/osaka-hellowork/list/higashi>



ハローワーク大阪東 マザーズコーナー

マザーズコーナー
ホームページ
二次元コード↓



ハローワーク大阪東マザーズコーナーでは
子育てをしながら就職を希望される方
子育てが一段落して就職活動を始めの方など
仕事と家庭の両立を希望する方の就職支援を行っています
チャイルドスペース・授乳室完備
お子様連れでも安心してじっくりお仕事探しができます

※保育・託児は行っておりません

個別支援対象者
就職率
95%以上!

- ♪ **担当者制 仕事に関する相談や面接対策もお任せ!**
- ♪ **仕事と子育てを両立できる求人を情報提供・紹介!**
- ♪ **仕事と家庭の両立に役立つセミナーを定期的開催!**



【再就職支援セミナー情報】※開催時期はマザーズコーナーまでお問合せください

- ・仕事と子育て等両立支援セミナー
- ・今から始めよう～応募書類・面接対策～
- ・みんなで一緒にストレスチェック
- ・扶養制度セミナー など **※参加時はハローワークの登録が必要です**

ハローワーク大阪東 マザーズコーナー



〒540-0011 大阪市中央区農人橋2-1-36
ピップビル2F

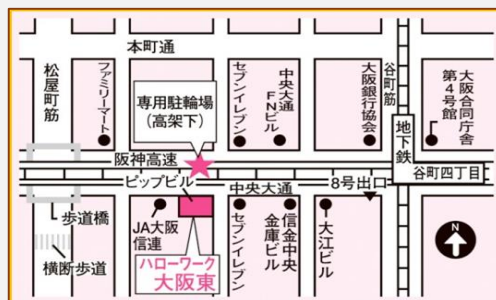
大阪メトロ谷町線・中央線 谷町四丁目駅から徒歩5分

TEL 06-6942-4771

(部門コード47#)

【ご利用時間】 8:30～17:15

<土・日・祝日・年末年始休み>

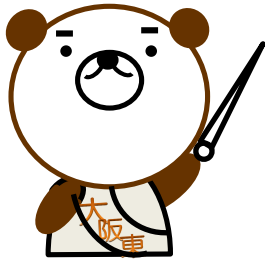




子育て世代のワークショップ

未来を見つめる時間管理セミナー

理想の働き方を見つけるために、今と未来をみつめながらライフプラン表を作成するセミナーです。



<セミナーのポイント>

- ・ 1日・1週間・年間の時間の使い方を見える化しライフイベント表を作成する

セミナー受講者の感想



自分でワーク形式で書き込んで、考える時間ができたので良かったです

生活を具体的に見つめ直す機会がなかなかないため、書き出すことによって“生活”が見えてくると思いました。子供が大きくなると支出も増えることがよくわかりました。



お金のこと、家事分担のこと、考えるきっかけになりました

年齢など具体的に考えるきっかけになりました。親の介護のことをあまり考えていなかったもので、参加者の方の言葉にはっとしました

