



プチセミナー

令和7年
5月

時間：14:30～15:30（各回）

定員：6名（各回）

会場：大阪マザーズハローワーク

お子様と一緒に参加いただけます
（キッズスペース有・見守りスタッフ常駐）

5/20(火)

性格診断テスト（エゴグラム）で自分発見 ～強みと弱みのとらえ方～

性格診断テスト（エゴグラム）を通じて、
自分の「強み」と「弱み」のとらえ方につ
いて考えてみませんか？

自分の性格を分析したい方、「強み」をP
Rするのが苦手な方、「弱み」の答え方が
わからない方、ぜひご参加ください。

5/27(火)

未経験から事務職へ★成功のヒント

はじめての事務職にチャレンジしたいあなた！
現状を知って、事務職で採用されるための
ヒントを探っていきましょう。

5/23(金)

印象アップの面接マナー ～面接官はここを見る👁️～

『面接が苦手』だと思っているあなた！
乗り切るコツや苦手なポイントを見つけて
不安を解消。自信に変えて面接を突破しま
しょう。
日常生活に役立つマナーもお話しします。

5/28(水)

〈心理学でキャリアを考えるシリーズ〉 ～コミュニケーションでもう悩まない～ 考えが変わると行動（未来）が変わる

心理学からキャリアを考えるシリーズ第1弾！！
今回は自分の考え方のクセに気づくことで行動が
変わることを学びます。行動が変わると、コミュ
ニケーションに悩まない未来が描けます。

5/26(月)

怒りの感情をコントロールしてみよう

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、怒りが抑えきれな
かったり…

自分の感情と上手に付き合う方法を考えてみ
ましょう。

5/30(金)

強み発見！簡単自己PR術

あなたの仕事で活かせる「強み」は何ですか？
ポイントを押さえて応募書類や面接で強みとな
る自己PRを考えてみましょう！

NAMBAプチセミナーはすべて事前予約制です。
ご質問・お問い合わせは裏面お問い合わせ先までお気軽にお尋ねください。



どなたでもご利用いただけます。

担当者と一緒に 就職活動を進めてみませんか？

個別 支援

就活って何から始める？
正社員？パート？
私にできる仕事って？
専門スタッフが、
あなたの就職活動を
個別にサポート！

個別支援をご希望の方はお近くのスタッフにお申し出ください。
電話でのお問合せも可能です。

- 毎回同じスタッフが対応！継続的な相談ができます！
- 事前予約も可！計画的に就職活動ができます！
- オンラインで相談！ご自宅からでも相談ができます！
- 面接に応募書類…いろいろ教えてほしい！
応募書類の添削や模擬面接…個々のお悩みをサポートします！
- セミナーにイベント！あなたに必要な情報をお届けします！

オンラインで職業相談はいかが？

ご自宅とハローワークをZOOMでつなぎ、
オンラインで職業相談ができます！
ご希望の方はお気軽にお問い合わせください。

LINEで情報発信中♪

LINEの「友だち追加」
⇒「ID検索」で
@mothers-osaka
を入力または
「2次元バーコード」
で登録完了!!



大阪マザーズハローワーク&
女性活躍応援コーナー

（ハローワークプラザ難波）

お問合せ先 06-7653-1098
ご利用時間 月～金 10:00～18:30
大阪市中央区難波2-2-3 御堂筋グランドビル4階



交通アクセス
Osaka Metroなんば、近鉄・
阪神線大阪難波駅24号
出口直結の御堂筋グランド
ビル4階の同フロア内に
2施設があります。

