

わたしの将来、
そして今。

逆算から考える 働き方、暮らし方セミナー

参加無料
※事前予約が
必要です

令和8年

10月9日(金)・10月14日(水)
10月22日(木)・10月30日(金)

@ハローワークプラザ難波
セミナールーム

対象:おおむね40歳以上の女性
定員:各回20名

社会や働き方を取り巻く環境が大きく変化する中、特に就職氷河期世代の女性には、家庭、社会保障、介護、職場での立ち振る舞いetc、将来への漠然とした不安を抱える人は少なくありません。

このセミナーでは、同じような不安を持つ方と一緒に、自分自身の状況や課題を整理し、明日を少し前向きに迎えられるための準備をするためのセミナーです。明日への不安、一緒に減らしてみませんか？

プログラム (全四回)

受付は各回13:45～

10/9
(金)

14:00～
16:00

10/14
(水)

14:00～
16:00

10/22
(木)

14:00～
16:00

10/30
(金)

14:00～
16:00

ミドルシニア女性の
働き方・暮らし方

～「今」起こりうるミスマッチを防ぐ～

講師

クレオ大阪中央 岸上様
大阪マザーズハローワーク
職業指導官・就職支援ナビゲーター

逆算から考える
マネーライフプラン

講師

ファイナンシャル・プランナー
溝江淳子先生

私の介護
大切な誰かの介護

講師

大阪府社会福祉協議会
大阪福祉人材支援センターの
皆様

自分を伝える
「コミュニケーション」
の高め方

講師

本木香吏先生

今、皆様をとりまく状況について理解しながら、自分の将来の働き方、暮らし方の具体的なイメージを作る「逆算」の第一ステップ。様々なお話を聞きながら、働き方について考えてみませんか？

年金や医療保険などの社会保障制度を理解し、自分の今後の生活がどのような制度の中にあるかを理解し、マネーライフプランを考えながら、今することを明確化する第二ステップ

現在の介護業界の実情、いざというときに必要となる手続きを知ること、家族の介護や自分の介護にむけて意識作りを行い、将来への安心を作る第三ステップ

自分の気持ちを伝えられず、何かを諦めたことありませんか？伝えてみれば想像よりもうまく物事が進むかも。誤解されない、相手も自分も大事にできるコミュニケーションの仕方をゲームを通じて学ぶ最終ステップ

全4回がセットとなっております。

各セミナー単体での受講をご希望の方は、実施日の1週間前から予約を受け付けます。

お問い合わせ・お申し込みはコチラ

ハローワークプラザ難波 TEL 06-7653-1098

〒542-0076

大阪市中央区難波2-2-3
御堂筋グランドビル4階

【ご利用時間】

10:00～18:30 (月～金)

【土・日・休祝日・年末年始休み】

朝日放送テレビ
「NEWSおかえり」
で放送されました♪



ホームページは
こちら



公式LINE
はこちら



同内容のセミナーを令和9年1月16日(土)・2月6日(土)に
クレオ大阪中央で開催予定！併せてご利用ください♪