

就職・転職を目指す女性のための

しごとカ 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。

しごとカアップセミナー

開催場所 京都テルサ東館2階 (らら京都内)

9月3日(水) 10:00~11:30

就職のミスマッチを防ぐ！仕事選びのための求人票の読み解き方

9月12日(金) 10:00~11:30

はたらきたいママ's meeting 仕事と子育て両立のコツ~小1の壁~

9月16日(火)、17日(水)、18日(木) 全3回 ①午前コース 9:30~12:30 ②午後コース 13:30~16:30

会計の仕組みがよくわかる やさしい簿記入門講座

9月19日(金) 10:00~11:30

心穏やかに働くための怒りのマネジメント
~イライラ・ムカムカとの付き合い方~

9月25日(木)、26日(金) 全2回 ①午前コース 9:30~12:30 ②午後コース 13:30~16:30

2日で速習！パソコン基礎講座~エクセル編~

特別講習

開催場所 京都府立京都学・歴史館 小ホール

9月9日(火) 10:00~12:00

SNSの集客力アップ！スマホで魅せる写真術

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)

9月6日(土) 10:00~12:00

就職準備セミナー 家計相談セミナー

現在
募集中

技能・資格取得をめざす就労支援講習会
福祉用具専門相談員養成講習【南部】

10月19日(日)~1月25日(日)
全8回 各日曜日



保育付き
(無料・要予約)

詳しい内容は
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

お申込み
お問い合わせ

働きたいすべての女性を応援する総合窓口

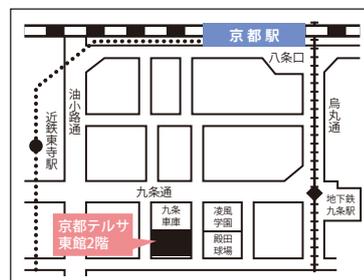
京都ジョブパーク マザーズ ジョブ カフェ

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

●JR【京都駅】八条口から徒歩15分 ●市バス九条車庫すぐ ●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)

しごとカアップセミナー

要予約



WEBからの
お申し込みはこちらから▶



先着順の受付になります。お早めにお申込みください。

日程	時間	講座	詳細	定員
9月3日(水)	10:00～ 11:30	就職のミスマッチを防ぐ！ 仕事選びのための 求人票の読み解き方	「入社してみたら思っていた仕事と違った…」そんな後悔をしないために、求人情報の“読み解き力”を身につけませんか？求人票に書かれた言葉の裏にある企業のメッセージや求める人物像、仕事内容を読み取るコツをお伝えします。採用担当者の視点を知ること、応募書類の書き方や面接対策にも役立つヒントを見つけていきましょう。	10名
9月12日(金)	10:00～ 11:30	はたらきたいママ's meeting 仕事と子育て両立のコツ ～小1の壁～	「小1の壁」とは、子どもが小学校に通い始めるときに、仕事と子育ての両立を難しく感じることです。「子どもを学童保育に預けて働きたいけれど、何から始めればいい？」「仕事と子育ての両立、みんなどうしてるの？」、そんな疑問にお答えします。ほっこりお話しませんか。	10名
9月16日(火)、 17日(水)、 18日(木) (全3回)	①午前コース 9:30～ 12:30 ②午後コース 13:30～ 16:30	会計の仕組みが よくわかる やさしい簿記入門講座	どのような仕事でも“お金の出入り”を意識することは大切。簿記初心者の方を対象に、簿記の基礎から日常的な帳簿への記帳ルールや損益計算書、貸借対照表の仕組みをお伝えします。 持ち物 電卓と筆記用具(赤ペンもご用意ください) 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
9月19日(金)	10:00～ 11:30	心穏やかに働くための 怒りのマネジメント ～イライラ・ムカムカ との付き合い方～	仕事や日常の中で、イライラや怒りの感情にふりまわされてしまう…。そんな自分にモヤモヤした経験はありませんか？怒りは誰にでもある自然な感情。大切なのは、その感情にふりまわされず、自分を上手に整えることです。怒りの“もと”を見つめ直し、感情をコントロールするためのテクニックをお伝えします。自分らしく、心穏やかに働くヒントを一緒に見つけていきましょう。	10名
9月25日(木)、 26日(金) (全2回)	①午前コース 9:30～ 12:30 ②午後コース 13:30～ 16:30	2日で速習！ パソコン基礎講座 ～エクセル編～	エクセルの入力や編集、効率的な表の作成手順、関数等、実務ですぐに使えるポイントを事例を交えながら紹介します。 対象 文字入力およびマウスの操作がスムーズにできる方 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

特別講習

会場：京都府立京都学・歴史館 小ホール

要予約

保育付き
(要予約)



「出張セミナー」WEBからの
お申し込みはこちらから▶



SNSの集客カアップ！ スマホで魅せる写真術

開催日 9月9日(火) 時間 10:00～12:00

SNSやWebサイトでの集客力は、1枚の写真で大きく変わります。本セミナーでは、スマートフォンを使い、魅力的な写真を撮るためのテクニックを学びます。「構図・光・色の使い方」「スマホならではの撮影テクニック」など、すぐに活用できる撮影のコツをご紹介します！「人の心を惹きつける写真の撮り方」を実践しながら学び、撮影スキルを磨いていきます。

持ち物 スマートフォン **定員** 30名

会場 京都府立京都学・歴史館 小ホール(京都市左京区下鴨半木町1-29)

アクセス 地下鉄烏丸線「北山」駅下車(①出口)南へ徒歩約4分

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
9月6日(土)	10:00～12:00	就職準備セミナー 家計相談セミナー	家計管理についてお困りではないですか? ファイナンシャル・プランナーが家計改善のアドバイス、子どもの養育費、老後の資金計画など、気になる内容をわかりやすく解説いたします。 保育締切日 8月27日(水)	8名

現在
募集中

介護福祉士受験対策講座

10月19日(日)～1月4日(日) 全4回 各日曜日

時間 9:00～16:30 定員 12名

「第38回(令和7年度)介護福祉士国家試験」の受験資格のある京都府内(京都市除く)在住のひとり親家庭の方の自立を支援します。

料金 テキスト代6,820円と振込手数料、通学に係る交通費等の諸経費は自己負担になります 保育締切日 要相談

開催場所 西京区内(詳細はひとり親コーナーまでお問い合わせください)

受講資格対象者について 「受講資格に関する規定」がありますので、お気軽にお問い合わせください。 申込期限: 9月30日(火)

現在
募集中

技能・資格取得をめざす就労支援講習会 福祉用具専門相談員養成講習【南部】

10月19日(日)～1月25日(日) 全8回 各日曜日

時間 基本9:30～17:20 定員 10名

福祉用具専門相談員の資格取得を促進し、京都府内(京都市除く)在住のひとり親家庭の自立を支援するための講座です。

料金 テキスト代3,080円要負担 保育締切日 要相談

開催場所 宇治市内(詳細はひとり親コーナーまでお問い合わせください) 申込期限: 9月30日(火)



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 9月16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 9月30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。

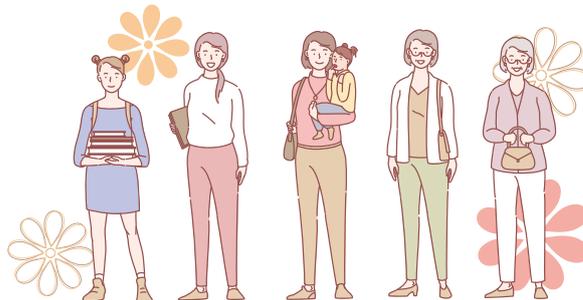
女性のお仕事探しなら 京都ジョブパーク マザーズ ジョブカフェ へ！

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！

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

