

しごとカアアップセミナー

私らしく働くための 時間の使い方

～毎日がラクになる 時短ごはんと段取りのコツ～

令和 8年 7月 14日 火 9:45～11:45

保育無料(要予約)

会場 京都府立京都学・歴彩館 小ホール (京都市左京区下鴨半木町 1-29)

セミナー内容

仕事も生活も大切にしたい。でも「時間が足りない」と感じていませんか？忙しい毎日を少しラクにする「段取り術」や「引き算の考え方」、そして毎日のごはん作りに役立つ時短のコツなど、すぐに実践できるヒントをお伝えします。「何から始めればいいのかわからない」「仕事と生活のバランスに不安がある」そんな方におすすめです。

講師 近藤 七恵さん (NPO法人KYOTOごはんサポーター代表理事)

プロフィール

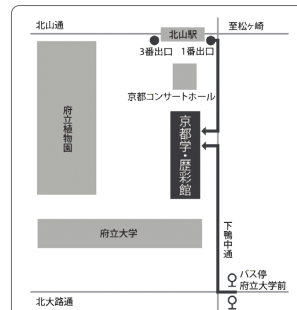
料理好きな主婦が「料理のスキルを活かして働ける仕組み」を作るため、個人事業・NPO法人を立ち上げ、現在までに多数の「ごはんサポーター」を育成。家庭・子育て・仕事を両立しながら、女性の自立支援や地域の食支援活動を行っている。

- 対象** 18歳以上の働きたい女性の方(学生除く)
- 保育** あり(生後6カ月～就学前・定員あり・要予約)
- 申込** チラシ右下の二次元コードからアクセス
いただくか、マザーズジョブカフェ総合受付
(電話:075-692-3445)までお電話ください。

本セミナーは、京都府が開設する女性のための就業支援施設「マザーズジョブカフェ」が主催しております。

アクセス

- 電車
京都市営地下鉄烏丸線「北山」駅下車 (①出口)
南へ徒歩約4分
- バス
京都市バス 1系統、204系統、206系統「府立大学前」(北大路通) 下車
北へ徒歩約6分
- 駐車場 / 31台 (有料)
- 駐輪場 / 敷地内 (下鴨中通側)に複数台分無料駐輪場がございます。



受講にはマザーズジョブカフェ又は京都ジョブパークへのご登録が必要です。(当日の登録も可能)

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

お願い ● 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。

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

WEBからの
お申し込みは
こちらから▶

