

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)

10月6日(火) 10:00~11:30

心穏やかに過ごすための アンガーマネジメント

10月20日(火) 10:00~11:30

適職×しごと軸から描く
わたしのキャリアデザイン

10月28日(水) ①午前コース 9:30~12:00 ②午後コース 13:30~16:00

はじめてのCanva ~仕事に使えるデザインの基本~

マザーズジョブカフェ×
クリエイティブセンター共同企画

開催場所 京都経済センター4階 4-F

10月14日(水) 9:30~11:30

伝わる文章が書ける! ビジネスライティング基礎

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)

10月17日(土) 10:00~12:00

就職準備セミナー
ひとり親のための知っとく! 社会保険等講座



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

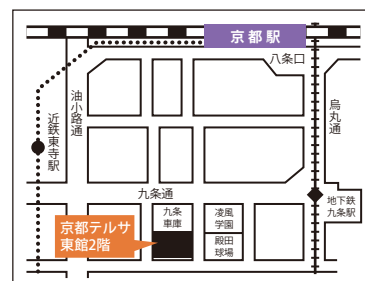
京都ジョブパーク マザーズ ジョブ カフェ

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【九条車庫前】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)

しごと力アップセミナー

要予約

先着順の受付になります。
お早めにお申込みください。



WEBからの
お申し込みは
こちらから▶



日程	時間	講座	詳細	定員
10月6日(火)	10:00～ 11:30	心穏やかに過ごすための アンガーマネジメント 講師:片岡もとみ 氏 (アンガーマネジメント) コンサルタント	イライラや怒りの感情にふりまわされず、心を整えるためのアンガーマネジメントを学びます。「怒りのもと」を理解し、感情との付き合い方を身につけることで、毎日を穏やかに過ごすヒントが見えてきます。感情に向き合い、上手にコントロールする方法をお伝えします。	15名
10月20日(火)	10:00～ 11:30	適職×しごと軸から描く わたしの キャリアデザイン	これまでの経験を振り返りながら、「わたしに合う働き方」のヒントとなるしごと軸を整理します。適職としごと軸の視点から、未来のキャリアについて考えるセミナーです。仕事探しを始めたばかりの方も、ブランクがある方も安心してご参加ください。	15名
10月28日(水)	①午前コース 9:30～ 12:00 ②午後コース 13:30～ 16:00	はじめてのCanva ～仕事に使える デザインの基本～	Canvaの基本操作から写真の挿入・加工、テンプレートのアレンジ方法などを実践を通して学びます。再就職やビジネスでも活かせるスキルが身につく初心者向け講座です。 受講前までに、Canvaへ登録をしておいてください。当日、ご自身で登録されたCanvaアカウントにログインし、受講していただきます。 持ち物 ログインに必要な情報 (メールアドレス、パスワードなど) ※午前コースのみ保育付き(要予約)	各コース 10名



マザーズジョブカフェ× クリエイティブセンター共同企画

要予約

保育付き
(要予約)



セミナーの
お申し込みは
こちらから▶



伝わる文章が書ける！ビジネスライティング基礎

開催日 10月14日(水) 時間 9:30～11:30 定員 30名

仕事で役立つ文章の組み立て方、読みやすく簡潔に伝えるポイント、メール・チャットの基本マナーを、実践を交えながら学びます。ワークを通して「伝わる文章」のコツを身につけ、仕事ですぐに活かせる文章力の習得を目指します。

会場 京都経済センター4階 4-F (京都市下京区函谷鉾町78番地)

アクセス 京都市営地下鉄烏丸線「四条」駅下車 北改札出てすぐ / 阪急京都線「烏丸」駅下車 26番出口直結

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
10月17日(土)	10:00～12:00	就職準備セミナー ひとり親のための知っとく！ 社会保険等講座	ひとり親の方が安心して子育てと仕事を両立できるよう、知っておくためになる社会保険や子育てに関する制度について、社会保険労務士に講義をしていただく講座です。 保育締切日 10月7日(水)	8名



毎月、京都市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。

相談は予約制です。原則前日の正午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 10月20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 10月27日(火) 10:00～16:00	ハローワークプラザかめおか 亀岡市安町中島 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！



オンライン



電話

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。



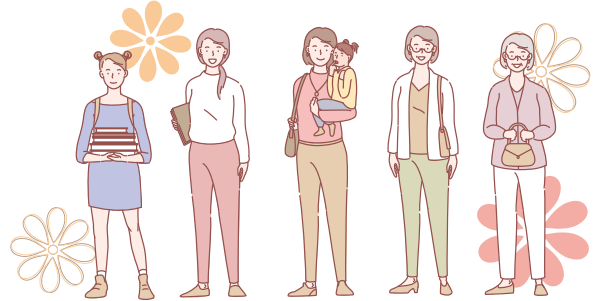
女性のお仕事探しなら 京都ジョブパーク マザーズ ジョブ カフェ へ！

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

