

就職・転職を目指す女性のための

しごと力アップセミナー

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。

しごと力アップセミナー

開催場所 京都テルサ東館2階
(らら京都内)

11月5日(木) 10:00~11:30

親の介護が始まる前に知っておきたいこと
～仕事と介護の両立～

11月17日(火) 10:00~12:00 協力:認定NPO法人あったかサポート

最新版! 女性のための社会保険
～将来のために考える働き方と収入の壁～

11月26日(木) 10:00~11:30

信頼される人のコミュニケーション術
～傾聴とアサーション～



外部
セミナー

11月11日(水) 9:30~11:30

開催場所 京都経済センター4階 4-F

【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】
問題解決思考入門

11月20日(金)

開催場所 京都経済センター3階 3-F

【特別講座】 ①午前コース 10:00~11:30 ②午後コース 13:30~15:00

色のチカラで、自分も暮らしももっと素敵に

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)

11月19日(木) 10:00~12:00

就職準備セミナー
シンママの作戦会議～安心して、日々笑顔で過ごす術～



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

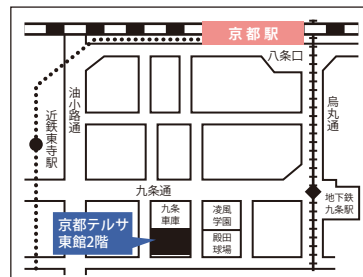
京都ジョブパーク マザーズ ジョブ カフェ

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

先着順の受付になります。
お早めにお申込みください。

要予約

しごと力アップセミナー
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
11月5日(木)	10:00～ 11:30	親の介護が始まる前に 知っておきたいこと ～仕事と介護の両立～ 講師：関西学研医療福祉学院 原田佳枝 氏	地域包括支援センターの活用方法や介護保険の仕組み、在宅・施設でかかる費用の目安など、転職前に知っておきたい基礎をわかりやすくご説明します。仕事と介護を両立するための制度や、働き続けることのメリットを知り、これからの働き方を考えるきっかけとなるセミナーです。	20名
11月17日(火)	10:00～ 12:00	最新版！ 女性のための社会保険 ～将来のために考える 働き方と収入の壁～ 協力：認定NPO法人 あったかサポート	社会保険のしくみや「年収の壁」など、安心して働くために知っておきたい最新の制度内容について、社会保険労務士の講師がわかりやすくお伝えします。働き方によって変わる保険・手取り・将来の保障を整理し、これからの働き方を考えるヒントとなる内容です。	20名
11月26日(木)	10:00～ 11:30	信頼される人の コミュニケーション術 ～傾聴とアサーション～	「ちゃんと聴いてもらえた」「この人には話しやすい」そんな信頼関係をつくるコミュニケーションのポイントを、傾聴とアサーションの視点からわかりやすくご紹介しします。仕事でも家庭でも活かせる、すぐに使えるコミュニケーションのコツを身につけましょう。	15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)

11/11(水)セミナーの
お申し込みはこちらから▶



問題解決思考入門

開催日 11月11日(水)

時間 9:30～11:30

定員 30名

「日頃のバタバタ」や「予定通りにいかない焦り」など、自分の中にある問題と課題を整理します。ロジックツリーを使って、論理的な視点から本当に解決すべきポイントを見つける整理術を学び、職場で活かせる問題解決力を身につけます。

講師 松本 祥枝氏(キャリアコンサルタント/米国NLP協会 NLPマスタープラクティショナー)

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、ひとり親セミナーおよび「特別講演会」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。

特別講座

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)

要予約

保育付き
(要予約)

11/20(金) 特別講座の
お申し込みはこちらから▶



色のチカラで、自分も暮らしをもっと素敵に

開催日 11月20日(金)

定員 各35名

①午前コース 10:00~11:30

色で楽しむ衣・食・住～わたしと家族の暮らしに役立つ色えらび～

服の色の組み合わせ、季節や心身と食の色のつながり、インテリアの配色などを、ワークを交えながら学びます。また、子どもの感性を育てる色の使い方もご紹介します。 **持ち物** はさみ、のり

②午後コース 13:30~15:00

色でよみとく「わたし」のココロ～自分を知り、伝える色彩心理～

色彩心理テストを通して、自分の特徴や強みをひもときます。思考のクセや価値観の違いをカードで見える化し、「私ってこうなんだ」と受け止めながら、相手の良さも気づける色彩コミュニケーションを学びます。

講師 青柳 彩子氏(coloRing office代表)

会場 京都経済センター3階 3-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 北改札出ですぐ / 阪急京都線「烏丸」駅下車 26番出口直結

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市内

※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
11月19日(木)	10:00～12:00	就職準備セミナー シンママの作戦会議 ～安心して、 日々笑顔で過ごす術～	あなたは、5年後10年後どんな人生を歩みたいですか?親子で 幸せになるための人生設計(仕事・資格・夢・お金)について一緒に 考えませんか? 保育締切日 11月9日(月)	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。

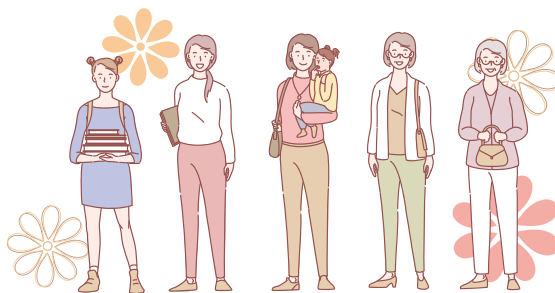
相談は予約制です。原則前日の正午までにお申込みください。それ以降のご予約についてはご相談ください。

会場・日時	場所
山城・宇治会場 11月17日(火) 10:00～16:00	ゆめりあうじ 宇治市宇治里 5-9
南丹・亀岡会場 11月24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

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。



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。お気軽にご利用ください。

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。

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

