

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)

4月19日(水)、20日(木)、21日(金) 全3回 ①午前コース 9:30~12:00 ②午後コース 13:30~16:00

3日で速習！パソコン基礎講座～エクセル編～

4月24日(月) 10:00~11:30

説得力で差をつける！伝わる話し方

4月26日(水) ①午前コース 9:30~12:00 ②午後コース 13:30~16:00

エクセル応用レッスン ～グラフ作成をマスターしよう～

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)

4月25日(火) 10:00~12:00

“ほっこり”セミナー 自分をエンパワーメントしよう

現在募集中 6月4日(日)~12月10日(日) 全13回 各日曜日 9:00~17:15

介護実務者研修講座

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

お問い合わせ
お申込み

TEL.075-692-3445

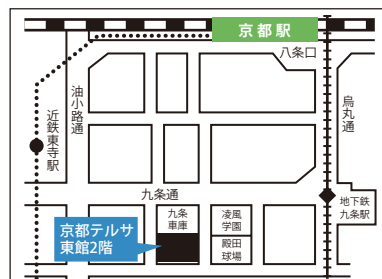
マザーズジョブカフェ総合受付まで

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。

共催：京都府男女共同参画センター らら京都





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)

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

日程	時間	講座	詳細	定員
4月19日(水) 20日(木) 21日(金) (全3回)	①午前コース 9:30～12:00 ②午後コース 13:30～16:00	3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
4月24日(月)	10:00～11:30	説得力で差をつける！ 伝わる話し方	面接や仕事の現場では自分の考えや事実を明瞭かつ的確に伝えることが求められます。話をうまく組み立て、発信するための手法を身につけ、“話し上手”になれる講座です。	10名
4月26日(水)	①午前コース 9:30～12:00 ②午後コース 13:30～16:00	エクセル 応用レッスン ～グラフ作成を マスターしよう～	データをわかりやすく視覚化できるグラフ作成はエクセルの大変便利な機能です。目的に合ったグラフの選び方から見栄えのいいグラフの作成・編集方法のポイントをお伝えします。 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

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
4月25日(火)	10:00～12:00	“ほっこり”セミナー 自分をエンパワメント しよう	エンパワメントとは「自分の人生を選択し前に進んで行く力」です。カウンセラーと一緒に、自分の中のエンパワメント力に気づき高めていきませんか？SPトランプなど自己理解のツールを使い、ワークをしながら学びます。 保育締切日 4月18日(火)	8名

現在
募集中

介護実務者研修講座 6月4日(日)～12月10日(日) 全13回 各日曜日
時間9:00～17:15 定員10名

申込期限:5月18日(木)

介護福祉士(国家試験)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。

テキスト代 14,080円要負担 **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。

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、京都テルサ内での同月内の「しごと力アップセミナー」の受講をお一人様 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。
- 講座の概要はこれまでに実施した「マザーズジョブカフェ就職支援セミナー」と同じです。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。



毎月、京都府内各地にて出張相談を実施し、働きたい女性をサポートしています。

働きたい女性・働く女性のための巡回相談

要予約

日程	場所	開設コーナー	時間
南丹・亀岡会場 4月14日(金)	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	ママさんコンシェルジュコーナー	10:00～15:00
		ひとり親自立支援コーナー	10:00～16:00
山城・宇治会場 4月19日(水)	ゆめりあうじ 宇治市宇治里尻 5-9	女性再就職支援コーナー	10:00～16:00
		ひとり親自立支援コーナー	10:00～16:00

巡回相談の予約/お問い合わせ先

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。

女性再就職支援コーナー TEL: 075-692-3445	専門的な知識を持つキャリアカウンセラーによる個別就業相談を実施します。 一部、保育相談にも応じています。
ひとり親自立支援コーナー TEL: 075-662-3773	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。
ママさんコンシェルジュコーナー TEL: 075-692-3445	子育て中のママが就職するに当たって必要な保育のご相談に、きめ細やかにお応えします。 仕事と子育ての両立に役立つ情報の紹介なども行っています。

マザーズジョブカフェ公式 Twitter、Instagram はじめました！

マザーズジョブカフェの就職支援セミナーのご案内をはじめ、サービス内容の紹介、企業説明会などのイベントの開催情報など、お仕事探しやスキルアップに役立つ情報を発信していきます！

セミナー



サービス内容の紹介



企業説明会



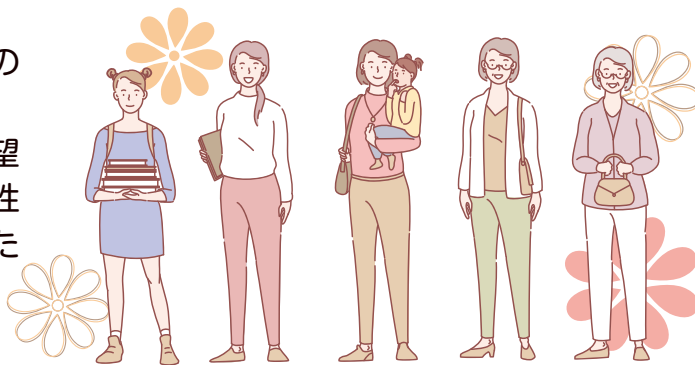
新型コロナウイルス等の 感染拡大防止について

- 来所時の手指の消毒、検温にご協力いただいております。マスクは個人の判断によりご着用ください。
- 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。
- 京都府内の感染発生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。

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。

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！

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。

- | | |
|---|--|
| ☒ 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 |

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、ご利用者を対象にリクルートスーツ（5号～17号）とパンプス（22～24.5cm）、バッグの貸出をしています。詳しくはお問い合わせください。



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、保育士常駐の保育室（京都テルサ東館1階）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。
- 飲食できるコーナーは限られております。



自宅で気軽に！

お子様も一緒に OK！

WEB & TEL カウンセリングも実施中

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、オンラインミーティングアプリ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。

WEBまたは電話カウンセリングのお申込みは

[マザーズジョブカフェ利用登録](#)、[WEB・電話カウンセリング申込フォーム](#)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。

カウンセリング
申込フォームはこちら▼

