


女性の活躍促進


大阪市では、女性の活躍促進に積極的に取り組んでいます。仕事や地域活動に役立つ情報やスキルが充実したセミナーです。

クレオ大阪南 **2月3日(土)・4日(日)**
13:30~16:30 

エクセル基礎スキルレッスン

一度学べば誰にでも使えるエクセル。「見やすい」「わかりやすい」内容にするコツを学んで、簡単な表計算をマスターしよう！


対象 就労したい女性 **定員** 20名(先着順)
講師 上嶋 枝美 (認定NPO法人育て上げネット Microsoft YouthSpark認定トレーナー) **締切日** 一時保育 1月24日

クレオ大阪子育て館 **2月8日(木)・15日(木)・22日(木)**
10:30~12:00 

スムーズに育休復帰するための育休復帰直前セミナー

目今の職場復帰に備え、タイムマネジメントやあなたをサポートしてくれるリソースチェックなど、仕事と子育てを自分なりに両立し、職場復帰による生活の変化を柔軟に乗り切っていくための考え方やスキルを身につけましょう。


対象 4月までに職場復帰予定の育休取得中の方 **定員** 20名(締切後抽選)
講師 邊見 倫子 (大阪市男女いきいき財団職員・キャリアコンサルタント) **締切日** 1月29日
備考 受講動機をお書きください

クレオ大阪子育て館 **2月14日(水)・21日(水)**
10:30~12:00 

シングルママのための仕事応援セミナー

「将来を考えるとお金のことが心配」「自分にあった働き方ってあるのかな」こんな悩みや不安を解消するために、シングルママのキャリアについて考え、自分にあった就労をめざしましょう。

対象 シングルマザーで就労をめざす方 **定員** 20名(先着順)
講師 ハローワーク梅田就労支援員 **締切日** 一時保育 2月4日
備考 協力:ハローワーク梅田

クレオ大阪西 **①2月21日(水) ②2月28日(水)**
13:30~15:30 

「お仕事選び」で失敗したくない女性のために

①私の「しごと」を効率よく探そう
～しごとの内容を具体的にイメージすることから始めよう～
②「働き方」が違えば、メリット・デメリットも違う
～正規や派遣社員、パート他、私にあった雇用条件を考えよう～

対象 現在求職中の大阪市在住、在勤、在学の女性 **定員** 各回20名(先着順)
講師 大阪市しごと情報ひろばマザーズスタッフ **締切日** 一時保育(先着6名) 2月11日
備考 ・ご希望の回をお書きください
・一時保育はマザーズの保育士が担当します

クレオ大阪東 **2月21日(水)・22日(木)・23日(金)**
10:30~17:00(休憩あり)

自立をめざす女性のための就労応援セミナー

自立をめざす女性を対象に、パソコンの基本知識、ワード・エクセルの基本操作と就労に向けて履歴書や職務経歴書の書き方などを学びます。一歩踏み出してみませんか。

対象 経済的に困難な状況にある女性 **定員** 15名(締切後抽選)
講師 古川 永里子 (有限会社E project 代表取締役) ほか **締切日** 2月11日
備考 協力:特定非営利活動法人全国女性会館協議会 日本マイクロソフト株式会社

クレオ大阪東 **2月25日(日)**
10:00~16:00(休憩あり)

働く女性の〈私を磨く〉ビジネスセンス塾vol.2

リーダーシップは十人十色(ワタシならではの)スタイルチェック!

会社や起業、ボランティアなど、さまざまな場やカタチで活躍する女性を対象に、ビジネス社会で活躍するためのビジネスセンスを学びます。昼食時は参加者同士の交流会をします。(昼食をご持参ください)
テーマ:上司や部下からも一目置かれる「ワタシ」のリーダースタイルを探ろう


対象 リーダー的な役割を担っている女性または起業をめざす女性 **定員** 30名(締切後抽選)
講師 リー・ヤマネ・清美 (パーソナルアシスタント・ギャラリー・LEE's 代表) **締切日** 2月15日
備考 受講動機をお書きください

クレオ大阪子育て館 **2月28日(水)**
18:30~20:30

お仕事帰りのハッピーキャリアシリーズ ~働き女子のセルフメンテナンス~

仕事やプライベートの忙しさを理由に、ちょっとした不調を見逃していませんか。カラダの不調はココロにも影響し、イライラや不安、憂うつ感にもつながります。女性特有の不調の改善、解消のポイントを学び、冬を元気に乗り切るカラダづくりに努めませんか。

対象 働いている女性 **定員** 30名(先着順)
講師 YUKIE(ヨガ講師) **備考** 受講動機をご記入ください

クレオ大阪東 **①3月10日(土) ②3月24日(土)**
10:30~12:00 

食とカラダセミナー

仕事やプライベートに忙しく、つい自分のカラダのことが後回しになっていませんか? 今の食事は半年後のカラダをつくると言われています。一緒に食のこと考えてみましょう。

①わたしに足りない栄養素って? ②キレイと健康をつくる食事

対象 女性 **定員** 30名(締切後抽選)
講師 ①川久保 祥子(カフェ実身美心斎橋店店長) ②清水 雪薫(株Mijoa専務・カフェ実身美製造部長) **締切日** 2月28日
備考 ・受講動機をお書きください
・材料費:一人500円

子どもシエンター
居場所のない10代後半の
子どもたちの緊急避難場所

女性活躍促進ニュース

こちら男女共同参画情報局

クレオ大阪西 事業紹介

男女雇用機会均等法の意義とこれから
「映画」たまたか「つづける女たち」
「大阪&トワーク」

男女共同参画セミナー情報