

クレオ大阪 各館^{無料}のセミナー情報

■ クレオ大阪 中央

くわしくはこちら→



中央専用

先輩女性に聞く！ 仕事と人生のマイルール

1/16(土) 14:00～16:00

やりがいて何？ ライフワークと出会う学び直し・転職

1/30(土) 14:00～16:00

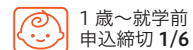
あと何年今の仕事続ける？

おばあちゃんになっても息切れしない働き方



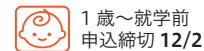
20代後半、仕事や人生に悩むあなたへ。自分に正直に生きる先輩女性が大切にする仕事や人生のルールを参考に、あなたの人生を一步前進させるアクションプランを立ててみませんか？

- 講師 林 利栄子(NPO法人 いのちの里京都村 / 写真左)
淵上 桃子(団楽長屋プロジェクト代表 / 写真右)他
- 定員 各回 25 名(申込先着順、1 日のみの参加可)
- 対象 20 代・30 代の女性



家庭で暮らせない子どもの今を理解する ～さとおやっとなあに？～

- 日時 12/12(土)10:00～12:00 ※終了後、里親相談会あり
- 定員 20 名(申込先着順) ●対象 テーマに関心のある方



上本町 SDGs 大学

LGBTQ 視点で職場を変えよう

- 日時 12/16(水)19:00～20:30 ●定員 30 名(申込先着順)
- 対象 テーマに関心のある方



■ クレオ大阪 子育て館

くわしくはこちら→



子育て館専用

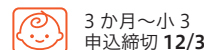
女性のための健康講座 知っておきたい月経のおはなし

12/13(日) 14:30～16:00



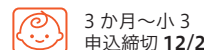
思春期から更年期まで、年代ごとの月経のしくみや、ダイエットが与える身体への影響などを学びます。健康に、自分らしく過ごすために、自分の身体にもっと興味を持ってみませんか？

- 講師 柴田 綾子(淀川キリスト教病院 産婦人科医)
- 定員 30 名(申込先着順) ●対象 女性



パパのための子どもの安全対策

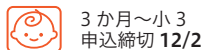
- 日時 12/12(土)10:30～12:00 ●定員 30 名(申込先着順)
- 対象 子どものいる男性(夫婦での参加・女性のみの参加も可)



■ クレオ大阪 子育て館

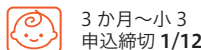
ネットトラブルから子どもを守る

- 日時 12/12(土)13:30～15:30 ●定員 30 名(申込先着順)
- 対象 テーマに関心のある方



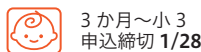
子どもの本の選び方 ①絵本編 ②マンガ編

- 日時 1/22(金) ①13:00～14:30 ②14:45～16:15
- 定員 50 名(申込先着順) ●対象 テーマに関心のある方



LGBT 多様なセクシュアリティと子育て

- 日時 2/7(日)10:30～12:00
- 定員 30 名(申込先着順) ●対象 テーマに関心のある方



■ クレオ大阪 西

くわしくはこちら→



西専用

セクシュアル・マイノリティのリアル

(会場受講＆オンライン)

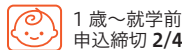
2/14(日) 14:00～15:30

※オンライン受講に不慣れな方は2/6(土) 14:00～15:30
「接続確認プレセミナー(オンライン)」にお申し込みください。



LGBTって同性愛のこと？自分のセクシュアリティをどうやって受け入れたの？家族へのカミングアウトは？パートナーとどうやって出会うの？悩んでいるのはあなただけではありません。当事者の Masaさんから LGBTの「リアル」をお聞かせいただきます！

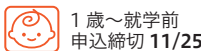
- 講師 本多 正宗(プライドプロジェクト代表)
- 定員 15 名、オンライン 50 名(申込先着順)
- 対象 テーマに関心のある方



おひとりさま終活①

50代からの老い支度(会場受講＆オンライン)

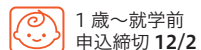
- 日時 12/6(日)14:00～15:30 ※オンライン受講に不慣れな方は11/28(土)14:00～15:30「接続確認プレセミナー(オンライン)」にお申し込みください。 ●定員 15名、オンライン50名(申込先着順)
- 対象 テーマに関心のある方



はたらくスキル②

必ず伝わる！オンラインプレゼン術(会場受講＆オンライン)

- 日時 12/12(土)14:00～16:00 ※オンライン受講に不慣れな方は12/5(土)14:00～15:30「接続確認プレセミナー(オンライン)」にお申し込みください。 ●定員 15名、オンライン50名(申込先着順)
- 対象 テーマに関心のある方



■ クレオ大阪 西

ゲンバ女子になろう！

お仕事発見オンライン工場ツアー

- 日時 2/23(火・祝)14:00～15:30
※オンライン受講に不慣れな方は 2/21(日)14:00～15:30
「接続確認プレセミナー(オンライン)」にお申し込みください。
- 定員 オンライン 50 名(申込先着順)
- 対象 テーマに関心のある女性



■ クレオ大阪 南

くわしくはこちら→



南専用

ママが働くと家計はどうなる？ 働き方で得られるおカネが違います

①1/24(日) ②1/31(日) 14:00～16:00



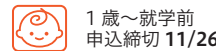
ご希望の日にちをお選びいただけます。
①パート、契約、派遣社員、正社員の方向けの扶養、税金、保険の仕組みと教育費
②起業、副業をしている(考えている)方向けの扶養、税金、保険の仕組みと教育費
●講師 加藤 葉子(マイライフエフピー代表)
●定員 各日 10 名(申込先着順)
●対象 女性、カップル(インターネットの通信環境がある方)



「説明上手」のポイントとは意外なところにある！？

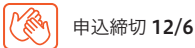
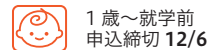
男性のみなさん、チャレンジ！

- 日時 12/6(日)13:00～17:15 ●定員 20 名(申込先着順)
- 対象 男性(今まで話し方を学んだことない方)



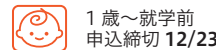
ひきこもりから考える ～ひきこもりを支援するとは～

- 日時 12/16(水)14:00～17:15 ●定員 20 名(申込先着順)
- 対象 支援者、家族、当事者(過去に経験した人も含む)



「終活」はここから エンディングノートを書いてみませんか？

- 日時 1/10(日)14:00～16:00 ●定員 20 名(申込先着順)
- 対象 テーマに関心のある方(エンディングノートを書いたことがない方)



災害時のトイレについて考えてみよう、実践してみよう

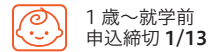
- 日時 1/17(日)14:00～16:00
- 定員 20 名(申込先着順)
- 対象 インターネット通信が可能な環境の方



不安でつらい、泣きそうと思っているあなたへ

～「メタ思考」で心をほぐしましょう～

- 日時 1/23(土)13:00～17:15 ●定員 20 名(申込先着順)
- 対象 テーマに関心ある女性(「メタ思考」を知らない方向け)



一時保育マーク



(一時保育あり・要申込)

手話通訳マーク



(手話通訳あり・要申込)

オンラインマーク



■ クレオ大阪 東

くわしくはこちら→



東専用

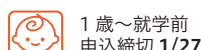
新型コロナ時代の“自助”防災を考える ～知恵と工夫でいのちを守ろう～

2/6(土)14:00～16:00



コロナ禍でもしも災害に遭ったら！自宅避難など、ライフスタイルに合わせて日常防災やコロナ対策を学びます。災害に対応するための柔軟性と適応力を養いましょう。

- 講師 辻 直美(国際災害レスキューナース)
- 定員 20 名(申込先着順) ●対象 女性

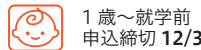


「北京+25」記念事業

ワーク・ライフ・バランスについて考える

～子育て・介護・私生活と仕事を両立して、充実した生活を送る～

- 日時 12/13(日)10:30～12:00
- 定員 20 名(申込先着順) ●対象 どなたでも



聴くチカラを再発見！

～相手を思う気持ちが伝わる傾聴の実践～

- 日時 1/24(日)13:30～16:30 ●定員 20 名(申込先着順)
- 対象 どなたでも

ベビママサロン

- 日時 1/26(火)10:00～12:00
- 定員 12 名(申込先着順)
- 対象 2 か月～1 歳 6 か月の子どもと母親

セミナーの申込方法

ホームページでのお申し込み

<http://www.creo-osaka.or.jp>

クレオ大阪ホームページに掲載の各クレオ大阪の「主催講座・セミナー」からお申込みください。

FAX(ファックス)でのお申し込み

セミナー名、郵便番号、住所、名前(ふりがな)、性別、年齢、電話番号およびファックス番号を明記し、セミナー会場のクレオ大阪にファックスしてください。ファックス1枚につき、1名・1セミナーの受付となります。

お電話・ご来館でのお申し込み

セミナー会場のクレオ大阪にお申し込みください。

- 大阪市内在住・在学・在勤の方が対象です。その他の対象は各セミナーの詳細をご覧ください。
- 一時保育があるセミナーで一時保育を希望される方は、申込の際に子どもの名前(ふりがな)・生年月(西暦○年○月生まれ)をお書きください。保育人数には定員があります。
- 手話通訳があるセミナーで手話通訳が必要な方は、申込の際にその旨をお書きください。

子どもの年齢

～3 歳未満

3 歳 0 か月～就学前

保育料

(子ども1人1回あたり)

800 円

500 円

※子育て館のみ保育料無料