

“プラスちょっと”の自分をつくる

スキルアップセミナー

2023
3

※対象は求職中の39歳以下の若者や女性の方（女性は年齢不問）

※【オンライン】セミナーはZoomを利用して行います。参加型セミナーになりますので、ご参加の際はカメラやマイクをオンにできる環境の準備をお願いします。



就活力UP



スキルUP



センスUP



その他UP



全て
無料!!



PICK UP! イベント

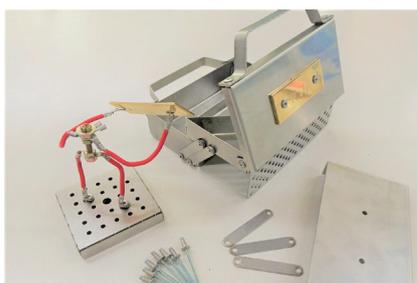
3.3 [金]

■対象 / 女性・39歳以下の男性

東大阪ぎせんこう共催

楽しくDIY体験～ゼロから始めるものづくり～

ものづくりに関する仕事は意外に幅広く、経理などの事務から、設計・加工・組立・検査など様々です。本講座では製造に関わるお仕事を分かりやすく紹介します。製造業は人材不足で、未経験者にもチャンスがあります！楽しいツールボックス型小物入れのDIY体験を通して、就職活動の選択肢を広げてみませんか？



■開催時間
14:00～15:30



PICK UP! イベント

3.14 [火]

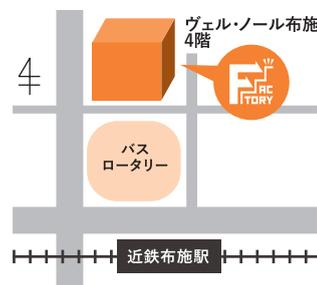
■対象 / 39歳以下の若者

～東大阪の優良企業に聞こう！～
採用プロセスの裏側大公開セミナー

企業の視点から就職活動の全容を知ること、書類の作成や面接のアピール方法など、採用への近道が見えてきます。不採用のあるある事例など、普段は聞けない人事の本音を大公開します！



■開催時間
14:00～16:00



無料セミナーのお知らせ一覧！



PICK UP! イベント |

3.6[月]

■開催時間 / 14:00～15:00

■対象 / 女性

【オンライン】

今日から始めるポジティブシンキング

「ポジティブシンキング」ができるようになると、自分に自信が持てるようになります。周りの人にも良い影響を及ぼすので、誰からも好かれ、人間関係も良くなり、仕事もはかどり、物事がどんどん良い方向に進むようになります。「ポジティブシンキング」を身につけてみませんか？



PICK UP! イベント |

3.7[火]

■開催時間 / 10:00～11:30

■対象 / 女性・39歳以下の男性

非認知能力を育む

グリット～やり抜く力の身につけ方～

『非認知能力』とは、社会人として必要とされる、考える力や対人能力などの点数で測ることのできないスキルです。なかでも『グリット』は生まれ持った才能ではなく、後天的に伸ばすことが可能な『やり抜く力』や『粘る力』。グリットを身につけ、粘り強く就活を成功させましょう！



PICK UP! イベント |

3.10[金]

■開催時間 / 10:00～12:00

■対象 / 女性・39歳以下の男性

Excel講座～基礎編～

Excelの基本操作を振り返りたい…。最近使っていないので自信がない…。そんな方へ！四則演算・基本関数・書式設定を確認しながら表作成の基本を振り返ってみましょう。
※Excelを使ったことがある方が対象です。



PICK UP! イベント |

3.10[金]

■開催時間 / 14:00～16:00

■対象 / 女性・39歳以下の男性

Excel講座～応用編～

実務での使用率が高い関数（IF・SUMIF・VLOOKUP・TODAYなど）の設定方法を丁寧に振り返り、仕事で活用できるスキルを身につけて、就職活動への自信につなげましょう。
※Excelの基本的な機能を理解している方が対象です。



PICK UP! イベント |

3.15[水]

■開催時間 / 10:00～11:30

■対象 / 女性

【子連れOK】

みんなでおしゃべり～自分らしい仕事と子育て～

「再就職したいけれど、子育て中で何から始めたらよいか分からない…。」仕事と子育ての両立経験がある講師と一緒に、自分らしい仕事探しと子育てについて、ざっくばらんにお話してみませんか？



PICK UP! イベント |

3.17[金]

■開催時間 / 14:00～15:00

■対象 / 女性・39歳以下の男性

【オンライン】人間関係を円滑に進める
「ソーシャルスタイル理論」を学ぼう！

ソーシャルスタイルは大きく4つのタイプに分かれます。それぞれのタイプを知ることで、自分や相手を理解することができ、円滑なコミュニケーションにつながります。面接や入社後に、より良いコミュニケーションを築くきっかけをつかみませんか？



PICK UP! イベント |

3.23[木]

■開催時間 / 10:00～11:30

■対象 / 女性・39歳以下の男性

面接や企業選びで役立つ！

いまさら聞けないSDGsセミナー

最近よく聞く「SDGs」とは何なのか、企業の取り組みをご紹介します。SDGsを知り、これからのライフスタイルや企業選び・働き方について考えてみませんか？
協力：花王グループカスタマーマーケティング株式会社



PICK UP! イベント |

3.24[金]

■開催時間 / 10:00～12:00

■対象 / 女性・39歳以下の男性

Word講座～基礎編～

基本的なビジネス文書の作成方法をマスターします。文字入力や図形、表の作成など基礎的な機能からお伝えます。



PICK UP! イベント |

3.24[金]

■開催時間 / 14:00～16:00

■対象 / 女性・39歳以下の男性

PowerPoint講座～基礎編～

PowerPointの基本操作をマスターします。視覚的に相手に伝わりやすいテクニックを使い、『読ませる』ではなく『魅せる（見せる）』プレゼン資料作成のポイントをお伝えます。



PICK UP! イベント |

3.28[火]

■開催時間 / 14:00～15:00

■対象 / 女性・39歳以下の男性

【オンライン】

あなたの夢を叶える夢ノートの書き方

あなたの夢を現実にするために「夢ノート」を書いてみませんか？性格に合わせた夢ノートの書き方をご紹介します。「夢ノート」であなたの未来をHappyにしてください。

セミナーの参加には事前予約が必要となります。ホームページ・電話、または窓口にてご予約願います。

[新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、受付での体調確認や検温を実施します。]



東大阪市 LINE
公式アカウント

就職支援情報をお届けします！

友だち登録後、受信設定から欲しい情報で「仕事・就職支援」を選択すると、市から就職に関するセミナー・イベント情報が届きます。
右の二次元コードから友だち登録をお願いします！

