

“プラスちょっと”の自分をつくる

スキルアップセミナー

2024
05

※【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

5.9[木]

■対象/全ての方

【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？



■開催時間
14:00～15:00



PICK UP! イベント

5.13[月]

■対象/39歳以下の方

私らしい未来を描く！ キャリアデザインセミナー

色や塗り絵を使ったワークを行い、「これからの自分の働き方」などのキャリアデザインについて気軽に楽しみながら学んでみませんか。方向性が明確でない方、将来に対してモヤモヤしている方などにオススメです。



■開催時間
10:00～11:30



無料セミナーのお知らせ一覧！



PICK UP! イベント |

5.10[金]

■開催時間 / 10:00~12:00

■対象 / 全ての方

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 |

5.10[金]

■開催時間 / 14:00~16:00

■対象 / 全ての方

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 |

5.15[水]

■開催時間 / 10:00~11:30

■対象 / 女性

【託児付き】

仕事と子育ての両立 働きたいママ座談会

仕事探し、何から始めたらいいの？仕事復帰への悩み、家事のこと、保育園のこと、同じ悩みのママ達や子育て経験のあるキャリアカウンセラーとお話しませんか？

※託児利用の方 受付期間(5月7日(火)まで)



PICK UP! イベント |

5.16[木]

■開催時間 / 14:00~15:30

■対象 / 全ての方

すぐに役立つ！

再就職をめざす人の応募書類の書き方

再就職に必要な履歴書や職務経歴書、添え状などの書き方をわかりやすくお伝えします。これから書類を作成する方、今まで作成した書類で不安がある方は、ぜひご参加ください。



PICK UP! イベント |

5.20[月]

■開催時間 / 10:00~11:00

■対象 / 女性

【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」であなただの未来をHappyにしてください。



PICK UP! イベント |

5.22[水]

■開催時間 / 14:00~15:30

■対象 / 全ての方

すぐに役立つ！

再就職をめざす人の面接対策

久しぶりに面接を受ける…。何度受けても面接がうまくいかない…。採用担当者はどこをチェックして、何を評価しているのか？面接を受けるにあたっての注意点や評価のポイントについて、ロールプレイングを交えながら、わかりやすくお伝えします。



PICK UP! イベント |

5.23[木]

■開催時間 / 14:00~15:30

■対象 / 女性

働きたい女性のための時短家事セミナー

仕事と家事の両立に不安を感じている女性のために、効率的かつ効果的な家事の方法や家事シェアのご提案をします。

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 |

5.29[水]

■開催時間 / 14:00~15:00

■対象 / 39歳以下の方

【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ききっかけをつかみませんか？



PICK UP! イベント |

5.31[金]

■開催時間 / 10:00~12:00

■対象 / 全ての方

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します。



PICK UP! イベント |

5.31[金]

■開催時間 / 14:00~16:00

■対象 / 39歳以下の方

若者のためのExcelスタート講座

Excelはあらゆる業種業界で使用されているビジネス必須ツールです。この講座では、Excelの基本から丁寧に伝えるので、安心して参加できます。仕事で役立つExcelスキルを身につけましょう！

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。



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！

