

“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
06

※【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

6.12 [水]

■対象/女性

【託児付き】

顔タイプ診断で一気にあか抜け！
～印象力アップセミナー～

顔のタイプが分かると自分が本当に似合う服の系統やヘアメイクを知ることができます。「似合う」を知ると、証明写真や面接で好印象に見えたり自信をもっている人に見られます。またアナウンサー視点での話し方・聴き方のポイントを含めた、総合的な印象力アップ術をお伝えします。

※託児利用の方 受付期間（6月4日（火）まで）
それ以外の方は仮受付後、空きがあれば6月5日（水）以降に受講の可否をご連絡いたします。



【持ち物】

10 cm × 10 cm以上の鏡

■開催時間

10:00～11:30



PICK UP! イベント

6.17 [月]

■対象/39歳以下の方

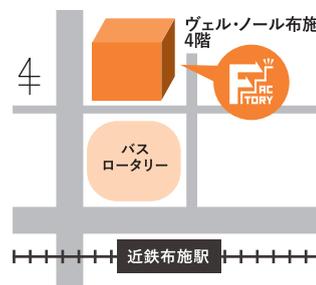
～東大阪の優良企業に聞こう！～
採用プロセスの裏側大公開セミナー

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 |

6.4[火]

■開催時間 / 10:00~11:00

■対象 / 全ての方

【オンライン】効果的な就活をするためにアンガーマネジメントを学ぼう

「アンガーマネジメント」は怒らないことではなく、怒りの感情と上手につき合うための心理トレーニングです。就活が上手くいかない場面に直面しても、イライラせず、自分の気持ちを軽く保つことを学び、就活成功につなげましょう！



PICK UP! イベント |

6.6[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 |

6.7[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 |

6.7[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 |

6.10[月]

■開催時間 / 14:00~15:00

■対象 / 女性

【オンライン】幸運をひきよせる「ブランド・ハブ・スタンス」を学ぼう

人生はなかなか思い通りにはいかないものです。ぼんやりしていても、今の状況は変わりません。新しい一歩を踏み出すきっかけに「ブランド・ハブ・スタンス」を学んでみませんか？



PICK UP! イベント |

6.13[木]

■開催時間 / 14:00~15:30

■対象 / 女性

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 |

6.14[金]

■開催時間 / 14:00~15:30

■対象 / 全ての方

何から始める？転職活動の進め方セミナー

そろそろ転職活動をしたいけれど、何から始めていいかわからない…。最初の一步をスムーズに踏み出せるよう転職活動全体の進め方や流れ、スケジュールを把握して、しっかりと準備しましょう。



PICK UP! イベント |

6.21[金]

■開催時間 / 10:00~11:00

■対象 / 39歳以下の方

【オンライン】ストレスをコントロール！ストレスコーピング

「履歴書を書かなくてはいけない」「面接日時が迫ってきた」様々なプレッシャーが伴う就職活動にはストレスがつきものです。自分で上手にストレスをコントロールする方法を学び、ベストな体調で就職活動に打ち込めるようにしましょう。



PICK UP! イベント |

6.28[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 |

6.28[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の基本から丁寧に教えるので、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。

