

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。就労やボランティア活動に役立つ情報やスキルが充実したセミナーです。同じ立場の女性たちとのネットワークづくりにも役立ちます。

クレオ大阪 北 日 12月6日(土) 14:00~15:30

**ちょっと得する日経新聞の読み方
～女性のためのキャリア&マネー～** (6ヶ月~就学前)

難しいからと敬遠しがちな経済ニュースですが、少し意識するだけで、私たちの生活に大きく影響していることがわかります。自分自身の将来を考える際に知ってほしいとでは大きく違ってくることも…。セミナーを通して、まずは経済新聞に親しむことから始めてみませんか。

対象/どなたでも(おもに政治や経済に興味がある女性)
定員/先着50名
講師/今井 博司
(日経新聞社大阪本社販売局マーケット開発部 次長)
保育締切日/11月26日(水)

クレオ大阪 中央 日 1月28日(水) 14:00~16:00

**ハラスメントなきマネジメント
～セクハラ・パワハラのない職場環境づくり～**

世代間ギャップや価値観の相違から、知らず知らずのうちに加害行為をしてしまっていたり、部下からの相談をうけ流したりしていませんか。職場のハラスメントを予防し、誰もが快適に働ける環境を作り、組織の活性化を図るため、ハラスメントのない職場の作り方を学びましょう。

対象/企業の経営者・管理職・人事労務担当者
定員/先着30名
講師/井寄 奈美(特定社会保険労務士)
保育・手話通訳締切日/1月18日(日)

クレオ大阪 東 日 ①10月23日(木) 10:00~12:00
②10月31日(金) 10:00~12:00

**働きたい!ほんき女性の就活チャレンジセミナーVOL.2
①私らしい働き方発見講座②職業適性&自己分析セミナー**

①「働きたい!」という今のあなたの気持ちを大切に、前に踏み出してみませんか?!あなたを取り巻く環境の変化にあわせて、あなたが「私らしい」と実感できる働き方と一緒に見つけましょう。
②職業適性チェックで4つのタイプに分類された性格・資質・ふさわしい職業などを学び「仕事」が楽しくなる自分のタイプを発見しましょう。

対象/本気で就職(再就職・転職)を考えている女性
定員/各回 先着16名
講師/①戒 多麻枝(クレオ大阪東キャリアコンサルタント) ②小野 弓子(コーチング・サロニール代表 フィーリスト・コーチ)
備考/受講動機をお書きください。1回ごとの申込み可。
保育締切日/①10月15日(水) ②10月23日(木)

クレオ大阪 東 日 11月3日(月・祝) I部10:00~12:30 II部13:30~16:00

**働きたい!ほんき女性の就活チャレンジセミナーVOL.3
職場で思いを伝えるためのコミュニケーショントレーニングI部・II部**

職場でも、プライベートでも活かせるコミュニケーション法を学び自分の思いを上手に伝えるコミュニケーション力を実践トレーニングで身につけましょう!再就職にもきっと活かせるハズです!

対象/本気で就職(再就職・転職)を考えている女性
定員/先着20名
講師/谷水 美香
(特定非営利活動法人アサーティブジャパン認定講師)
備考/受講動機をお書きください。
保育締切日/10月26日(日)

クレオ大阪 西 日 ①12月2日(火) ②12月9日(火) 10:00~12:00 全2回

**仕事探しのモチベーション&
コミュニケーションUP↑セミナー**

仕事探しで大切なのは、自己を振り返る「経験の棚卸し」です。女性の仕事探しのプロであるマザーズのスタッフと一緒にあなたの強みを見つけ、自己理解を深めていきましょう。

①あなたのやりがいはどこにある?
仕事探しのモチベーション
②あなたの言葉は伝わっている?
コミュニケーション力を振り返る

対象/女性 定員/先着30名
講師/大阪市しごと情報ひろばマザーズスタッフ
保育締切日/11月21日(金)

クレオ大阪 西 日 1月17日(土)・1月24日(土) 14:00~16:00 全2回

職場の「困ったちゃん」と仕事をしていくために

職場に生息する「困ったちゃん」にイライラ、ムカムカ。気持はわかります。でも、それだけじゃもったいない。くずぶつた感情を整理しながら、同じストレスを抱えている参加者と一緒に理論面と身体面の両方からアプローチして、対人コミュニケーションの新境地を拓いてみませんか?

対象/女性 定員/先着40名
講師/川端 美智子
(㈱ライフキャリアデザイン・アソシエイツ代表取締役)
保育締切日/1月7日(水)

クレオ大阪 東 日 ワード編①11月27日(木) 10:00~15:00
エクセル編②11月28日(金) 10:00~15:00
職務経歴書③12月18日(木) 10:00~15:00

実践パソコン講座<初級> ワード編・エクセル編

パソコンの基本操作をすでに習得した方を対象にした実践講座<初級編>です。演習課題に挑戦して実力を養い、パソコンの基礎を確実なものにして再就職に備える講座です。

対象/ハローワーク等に登録し、現在求職中で早期再就職をめざす女性。大阪市在住・在学の方優先パソコンで文書作成が可能の方
定員/各回先着20名
締切日/①②11月19日(水) ③12月10日(水)
備考/受講動機をお書きください。1回ごとの申込み可。
一時保育:午前・午後1日1000円
保育締切日/①②11月6日(木) ③11月27日(木)

掲載セミナーの申込みについて

- 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。)
- イベント及びセミナーの受講料は無料です。
- 一時保育があるセミナーで、一時保育希望の方は、申込み時に子どもの名前(ふりがな)・生年月(西暦〇年〇月生まれ)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、手話通訳の必要な方は、申込み時にその旨をお書きください。
- セミナーによって
 - ・先着順で受け付けるもの
 - ・申込み締切後に抽選し、結果をお送りするものがあります。各セミナーの詳細にてご確認ください。

クレオ大阪 西 日 12月20日(土) 14:00~16:00

ママが働くとき家計はどうなる?子育て中の貯め方、使い方

家計の悩み、なかでも教育費の支出は大きな問題ですね。「少しでもお子さんの将来に備えたい」と仕事を考えているママも多いのではないのでしょうか?家計と人生設計は背中合わせ。教育費の貯め方、使い方のほかに、どんなふうに働けばいいかお悩みの方も、ワーキングママとして奮闘している講師から学びませんか?

対象/どなたでも
定員/先着40名
講師/加藤 葉子
(ファイナンシャルプランナー)
保育・手話通訳締切日/12月10日(水)

ママのセミナーデビュー講座(全2回)

「子育てに追われる毎日。自分のことを考える時間なんて持てないのかな?」「この子が大きくなったら“私”の生活はどんな風になるのかな?」そんなママの“これから”と“今”を考えるセミナーを、クレオ大阪4館で開催します。一時保育で子どもとひと時離れてみる経験は、親にとっても子どもにとっても貴重な学び。このセミナーを“自分”を見つめるきっかけにしてみませんか。

第1回「ママ同士のおしゃべりでリフレッシュ&情報交換」
講師:クレオ大阪スタッフ このセミナーの保育料は無料です

第2回「ママのためのライフプランニング」
講師:藤原 寛子(女性のためのキャリア相談員・キャリアコンサルタント)

●時間 10:00~12:00
●日程 11月5日・12日(水) (6ヶ月~就学前)
12月3日・10日(水)
12月3日・10日(水)
●開催館 12月3日・10日(水)
12月3日・10日(水)
12月3日・10日(水)
●対象 セミナーに初めて参加する子育て中のママ
●定員 先着10名
●一時保育 無料(1歳0か月~就学前)*クレオ大阪北・西は0歳6か月~
●備考 参加を希望される館まで、お申し込みください。

子育て 子育てに迷いや悩み、不安はつきもの。クレオ大阪では、お母さんやお父さんをはじめ、家族、地域社会などいろいろな人が支えあい、子育てしやすい環境づくり、ネットワークづくりを進めています。

クレオ大阪 東 日 11月20日(木) 10:00~12:00 全1回

ママコミュ「子育てに役立つカラーの効果! ~ママの心が元気になるカラー講座~」

あたりまえのようにまわりにある色は、わたしたちに大きな影響を与えています。その色の効果を生かして取り入れることでママの心がまず元気になります!「おこりんぼママに効く色」や「わんぱくクンに効く色」もありますよ!子どもを色で応援する方法もお伝えします。

対象/未就学児のママ
定員/12名(締切後抽選)
締切日/11月5日(水)
講師/神守 圭子(子育てカラーアドバイザー)
保育締切日/11月5日(水)

クレオ大阪 東 日 12月13日(土) 10:00~16:00

はぴマルクレオ

「私らしく輝く女性の1DAYマルシェ」をコンセプトに、パワフルな女性たちによる第3回ははぴマルクレオ(はっぴーマルシェクレオ)を今年も開催します!

親子で一緒に楽しめる体験ブースや手作り雑貨の販売、癒しの体験など、盛りだくさんなイベントです。入場無料、お友達とお誘い合わせの上、ご家族一緒にぜひご参加ください。

スタンプラリー開催!3つのお店でスタンプをもらって、はずれなしのくじに挑戦!

デコ巻きずし、色育こうぞ、サリーの着付け、おやこ運動遊び、茶の湯体験、ゆび編みなど

子ども服やくつ無料とリカえっこクレオdeリユース

対象/どなたでも
定員/なし

クレオ大阪 東 日 12月5日(金) 10:00~12:00

ママコミュカフェ12月

一人で子育てを抱えこんでいませんか?子どもはかわいいけど、時々おとなと話したくなる。できれば、同じくらいの子がいるおとなと気軽に話して、気分転換したい!子育て仲間とお茶でも飲みながら、子育てとワタシについているんことを話して考えてみませんか?子どもも一緒にどうぞ!

対象/未就学児のママ
定員/先着10名
講師/クレオ大阪東コーディネーター

開催館	保育対象年齢	保育料(子ども1人1コマあたり)
クレオ大阪中央・南・東	1歳0ヶ月~就学前	500円
クレオ大阪北・西(セミナーにより他館でも開催)	0歳6ヶ月~1歳未満	800円
	1歳0ヶ月~就学前	500円

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)

掲載セミナーの申込方法

ホームページ <http://www.creo-osaka.or.jp>
クレオ大阪のホームページ各館の「主催講座・イベント」からお申込みいただけます。受講の可否をEメールにて送信します。

ファックス 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、開催館までお送りください。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。受講の可否をファックスにて送信します。

電話・来館 各セミナー開催館までお申し込みください。