

OSAKAしごとフィールド

# 就活100日

6月  
2024

※会場変更やライブ配信、アーカイブ配信への変更等の可能性がありますので、最新情報はWebにてご確認ください。 [スタッフつぶやき中!](#) [OSF\\_JOBhunt](#)

35歳～  
54歳の方

Web

6/6  
10:30 (木)  
12:00

## セルフコーチングのすすめ Step1 ～なりたい自分を描く～

自らがコーチとなり、自分自身を目標達成へと導いていくセルフコーチング。第一回目のテーマは「なりたい自分を描く」です。自分自身の心の奥を掘り下げながら、目標設定、自己理解、不安の解消などを学んでいきます。

講師：ひとのわ 福住昌子氏

会場

すべての方

6/14  
14:00 (金)  
15:30

きょうまくしく！  
はたらくコツノート

## きょうまくいく！はたらくコツノートvol.2 「自分のニガテと生きていこう！」

誰も「ニガテ」はあるもの…!そんなニガテを克服するのではなく、どううまく付き合うかを考え、いきいき働いている方をゲストにお招きします。ゲストからはたらくコツやニガテと付き合うヒントを手に入れましょう!

講師：大阪府地域若者サポートステーション キャリアカウンセラー 阿部杏子氏

55歳以上の方

会場 Web

6/18  
13:30 (火)  
14:30

## 55歳以上のシニア向け仕事説明会

シニア人材を積極採用している企業をお呼びして、仕事内容や会社の雰囲気など、皆さんが気になる情報をお伝えします。気になる企業があればそのまま応募ができますので、ぜひご参加ください!



女性

Web

6/25  
14:00 (火)  
15:30

## 女性のためのオンライン企業説明会

仕事とプライベートを両立したい…という方へ。事務のお仕事がある企業を含む3社の説明会を実施します。オンラインで開催しますので、お気軽にご参加ください。



活かせる才能は?  
どんな仕事に向いてる?

就活検定

by OSAKAしごとフィールド



就活前にレベルチェック! /

- 自分の特性がわかる!
- 自分の学力がわかる!
- 40問の設問に答えるだけ!
- 月毎に変わる設問に答えてレベルアップ!

受験はコチラから



<https://3kobuta.com/shu-ken/>

**女性**  
6/3  
10:30 日  
12:00

わたしのRe:スタートプログラム

**～ライフキャリアプランを作成してみよう～**

仕事・育児・介護など、人生の「転換点」の中で、自分らしく生きていくために、これからのライフキャリアについて考えてみませんか？

講師: Smile Stage 内野しのぶ氏

**35歳～54歳の方**  
6/4  
10:30 火  
12:00

新しい企業が見つかる！ミドル世代のための企業・業界研究セミナー

「企業や業界のことをもっと調べておけばよかった」と思った経験はありませんか？このセミナーでは就職活動における企業や業界の分析ポイントや仕事選びの心得をお伝えします。あなたに合った企業を見つけましょう！

講師: アドバンスワードサポート 阿部浩子氏

**44歳以下の方**  
6/4  
14:00 火  
16:00

上手なストレス対処法～しごと力を高めよう～

「しごと力」シリーズ！【ストレスマネジメント力】働く上ではストレスと上手に付き合うことが大切。グループワークを通して自身のストレスについて理解を深め、自分に合ったストレス対処法を見つけてみませんか？

講師: OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー

**35歳～54歳の方**  
6/20  
10:30 木  
12:00

セルフコーチングのすすめ Step2～モチベーションを引き出す～

自らがコーチとなり、自分自身を目標達成へと導いていくセルフコーチング。第二回目のテーマは「モチベーションを引き出す」です。自分が前に進めるよう、モチベーションや前向きな質問、行動計画などを学んでいきます。

講師: ひとのわ 福住昌子氏

**44歳以下の方**  
6/20  
13:30 木  
15:00

カウンセラー 企画 **起業するか転職するか～選択肢を整理する～**

なぜ迷っているのでしょうか？理由は人それぞれです。このセミナーを自分の環境や気持ちを整理するきっかけにして、選択肢を整理しましょう。※聴講型です。また起業を成功させるセミナーではありませんのでご注意ください。

講師: OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー

**女性**  
6/21  
10:00 金  
15:00

働く女性・働きたい女性のための相談会

働くことに不安を抱えている方へ。就活の進め方、仕事に必要なスキルアップ、子育てなど家庭との両立、起業・副業・フリーランス、職場のトラブル、ひとり親の就業や生活などについて相談できます。お気軽にご参加ください。

**女性**  
6/10  
10:30 日  
12:00

わたしのRe:スタートプログラム

**～自分の強みに気付こう～**

「自分の強みを知りたい…自分に合う仕事・やりたいことが分からない…」という方へ。好きなこと・得意なこと・大切にしていることなど、自分を振り返りながら理解を深め、「強み」を見つけていきます。

講師: Smile Stage 内野しのぶ氏

**すべての方**  
6/10  
14:00 日  
15:00

求人票の読み方セミナー

ハローワーク職員が「求人票の見方」や「求人を選ぶ際のポイント」をお伝えします。求人票の読み方を学び、自分に合った求人を探せるようになります。

講師: 大阪東ハローワーク職員

**34歳以下の方**  
6/11  
15:00 火  
17:00

実践型！グループディスカッション選考対策講座

企業の採用選考や公務員試験に用いられる「グループディスカッション(GD)」。本セミナーは、GDの基礎知識があり、今後選考を控えている方を対象にした実践講座です。経験値を上げていきたい方、ぜひご参加ください。

講師: OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー

**女性**  
6/24  
10:30 日  
12:00

わたしのRe:スタートプログラム

**～分かりやすく伝えるコツを習得しよう～**

「面接が苦手…上手く話せるようになりたい…」という方へ。分かりやすく伝えるコツについて学んでいきます。伝える話し方を身につけることは、良好なコミュニケーションにも役立ちます。

講師: Smile Stage 内野しのぶ氏

**女性**  
6/25  
10:30 火  
12:00

色で心をセルフメンテナンス

日々、仕事や家庭でお疲れの方へ。一度立ち止まって自分の内側に目を向けてみませんか？心理学と色彩学を用いたセルフメンテナンス方法をお伝えします。

講師: 魅力を引き出し輝かせる色彩コンサルタント 岡村知美氏

**35歳～54歳の方**  
6/25  
10:30 火  
12:00

セルフコーチングのすすめ Step3～フィードバックで自分を育てる～

自らがコーチとなり、自分自身を目標達成へと導いていくセルフコーチング。第三回目のテーマは「フィードバックで自分を育てる」。自分で一歩を踏み出すための、ふりかえり、承認、行動について学んでいきます。

講師: ひとのわ 福住昌子氏

**女性**  
6/12  
14:00 水  
15:30

話のプロが伝える「面接でも使える自己紹介の作り方」

企業の採用面接や就職後に活用できる30秒の自己紹介を作成します。ワークを通して、自分の棚卸しをし、深掘りしていくうちに自身の売りや本当にやりたいことが見えてきますよ。最後は一緒に伝える練習もおこないます。

講師: フリーアナウンサー・ビューティイメージコンサルタント 小林万希子氏

**女性**  
6/13  
11:00 木  
12:00

ハロートレーニングのイロイロ

一急がば学べ未経験の仕事に挑戦したい時、スキルアップしたい時、ハロートレーニング(職業訓練)を利用してみませんか？職業訓練について気になっているあなたに、ハロートレーニングのイロイロをお伝えします。

講師: OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー

**すべての方**  
6/13  
14:00 木  
15:30

始まる前に知っておきたい仕事と介護の両立セミナー

「そろそろ介護の問題も考えないといけないけど、働き続けたい」という方へ。本格的な介護が始まる前に、知っておく安心なことや、仕事との両立のヒントをお伝えします。お気軽にご参加ください。

講師: 特定社会保険労務士 小池靖子氏

**すべての方**  
6/25  
14:00 火  
15:00

求人票の読み方セミナー

ハローワーク職員が「求人票の見方」や「求人を選ぶ際のポイント」をお伝えします。求人票の読み方を学び、自分に合った求人を探せるようになります。

講師: 大阪東ハローワーク職員

**35歳～54歳の方**  
6/26  
14:00 水  
15:30

自分をほめるチカラ

自分に自信が持てなくて、ついネガティブに考えてしまう、あなたにピッタリのセミナーです！自分を褒めて勇気づける前向きな考え方や自信を持って一歩踏み出せるコツをお伝えいたします！

講師: 岡田花枝氏

**すべての方**  
6/27  
13:30 木  
15:00

カウンセラー 企画 **自分の怒りについて考えてみよう**

怒りは大切な感情ですが、なかなか扱い難い、付き合いにくい感情でもあります。自分の怒りについて、ちょっと一緒に考えてみませんか？

講師: OSAKAしごとフィールド 心理カウンセラー

**35歳～54歳の方**  
6/17 月  
6/28 金

ミドル世代向け仕事説明会

氷河期世代の採用に意欲的な企業が5社集結！2週間企業説明会の配信を行うので、ご都合のいい時間に視聴していただけます。また、気になる企業には、職場見学や職場体験を申込みます！

企業に出会える

**すべての方**  
6/18  
13:00 火  
13:40

初めの方必見！  
OSAKAしごとフィールド活用案内

OSAKAしごとフィールドキャリアカウンセラーがカウンセリングの活用事例やセミナーなどについてご案内します。終了後には、プチカウンセリング体験もご用意！空き時間でお気軽にご参加ください。

講師: OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー

**すべての方**  
6/18  
14:00 火  
15:00

求人票の読み方セミナー

ハローワーク職員が「求人票の見方」や「求人を選ぶ際のポイント」をお伝えします。求人票の読み方を学び、自分に合った求人を探せるようになります。

講師: 大阪東ハローワーク職員

OSAKA しごとフィールド メニュー紹介

就活の相談、できます！  
**キャリアカウンセリング**

就活の悩みや進め方に対し、これまでの仕事内容やご希望をうかがいながら、キャリアカウンセラーがマンツーマンでご相談に応じます。

要事前予約

本番さながらのシミュレーションも！  
**書類添削・面接特訓**

キャリアカウンセリングの中で、応募書類へのアドバイスや、本番さながらの面接シミュレーションをおこないます。

要事前予約

応募書類の作成、印刷に  
**パソコン・作業スペース**

応募書類の作成などに、パソコン(印刷可)や空間をご利用いただけます。電源もございますので、個人パソコンの持ち込みもOK！就活に役立つ本や求人誌も、自由にご覧ください。

ちょっとした相談にその場でお応え！  
**ワンポイントアドバイス**

「面接対策について相談したい！」「応募書類を見てほしい！」そんな就活に関する不安をキャリアカウンセラーが解消します。

要当日予約

その他のメニューや詳細は、Web サイトまで。また、メニューの利用やセミナーの申込みにはOSAKA しごとフィールドのメンバー登録が必要です。未登録の方はコチラ！

QRコード

OSAKAしごとフィールド

自宅でできる就活しよう

# リビングルーム

OSAKAしごとフィールド  
/ オンラインコンテンツ

過去に実施した一部のセミナーのアーカイブ動画や、応募書類作成のポイントなど、就活中の方に役立つ情報を配信しています。OSAKAしごとフィールドのメンバー登録をした方であれば、無料でさまざまなコンテンツをご覧いただけます。ぜひ活用ください。



OSAKAしごとフィールド  
Webサイトに掲載

就活に役立つ動画や記事を配信中!

- ▶ 選考突破のためのスキルアップ! 面接突破セミナー
- ▶ 「テンプレ職歴書」を「心動く職歴書」へ悩める職歴書、添削します
- ▶ 自分にあった自己分析を知ろう! 自己分析講座 など



90分のトークイベントから10分でわかる就活セミナーまで!



2024年4月1日以降の開講講座対象  
大阪府スキルアップ支援金申請受付中

## 資格取得講座の受講費用を 50%～75%補助!



雇用保険に加入したことが無い方、雇用保険の受給資格を喪失して1年以上の方、雇用保険に加入してから1年未満の方などが対象



たとえば...

退職してから1年以上の方

入社してから1年未満の方

今まで働いたことがない方

フリーランスとして1年以上働いている方



ご予約お問合せ **OSAKAしごとフィールド**  
TEL:06-4794-9198 FAX:06-6232-8581

平日 9:30～20:00 / 土曜 9:30～16:00 ※日・祝・年末年始休  
〒540-0031 大阪市中央区北浜東3-14 エル・おおさか 本館2・3F

OSAKAしごとフィールド <https://shigotofield.jp/>

申込みは  
コチラから!



京阪・OsakaMetro 谷町線(天満橋駅)より西へ300m  
京阪・OsakaMetro 御坊線(北浜駅)より東へ500m

- 遅刻の場合、受講をお断りすることがあります。あらかじめ、ご了承ください。
- キャンセルの際は事前連絡必須。無断キャンセルが続く場合、受講をお断りすることがあります。
- 手話通訳が必要な場合や車椅子でご参加される場合等は、事前にお申出ください。
- セミナー受講には OSAKAしごとフィールドへの会員登録が必要です。

※このチラシは、大阪府商工労働部雇用推進室就業促進課委託事業の一環として(受託) OSAKAしごとフィールド運営共同企業体が作成しました。