

“プラスちょっと”の自分をつくる

# スキルアップセミナー

2018  
**06**

※対象は39歳以下の若者や女性の方(女性は年齢不問)



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

6.13 [水]

■対象 / 女性

### 心と体のセルフストレッチ 簡単ピラティス

初心者の方でも簡単にできるピラティスを体験してみませんか? リラックスしながら心と体をケアすることで、就職活動の緊張や不安を解消しましょう。



■開催時間  
 10:00~11:30



## PICK UP! イベント

6.19 [火]スタート

■対象 / ※下記参照

就活ファクトリー東大阪・ハローワーク布施 共催企画  
 ジョブカツ

### J0部活 ~チームで就活~

※対象 / 就職活動中の20~30歳位までの方  
 数名の仲間と共に就活状況を報告し合い、お互いにアドバイスを与えたり、受けたりしながら、早期の就職決定 & 勤務開始を目指す! 一緒に活動をする仲間が欲しい方、他の人から刺激を受けたい方などにおすすめです。

<プログラム例>

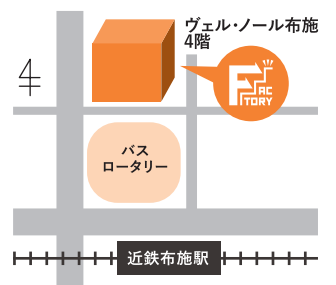
- ・業界研究 ・求人情報の見方、企業情報の集め方 ・働く理由を考える
- ・自己分析の結果と志望企業を結びつける
- ・応募書類作成 (①自己PR ②志望動機)
- ・面接対策 ・模擬面接 ・キャリアプロポーザル事業



■実施日

6月19日 (火) 10:00~12:00  
 6月26日 (火) 14:00~16:00  
 7月3日 (火) 10:00~12:00  
 7月10日 (火) 14:00~16:00

4回全てに参加できる方



## 無料セミナーのお知らせ一覧！



**PICK UP! イベント**

6.1 [金]

■開催時間／10:00～11:30

■対象／女性・39歳以下の男性

### 今さら聞けない応募書類の作り方

「応募書類って、手書き作成とパソコン作成のどちらがいいの？」など、今さら聞けない履歴書や職務経歴書の作り方を、基礎の基礎からわかりやすく解説します！あなたの応募書類、見直してみませんか？



**PICK UP! イベント**

6.5 [火]

■開催時間／10:00～12:00

■対象／39歳以下の方

### ビジネスマナーの超基本 ～挨拶、身だしなみ、電話、メール、報連相～

入社前に超基本のビジネスマナーをおさらいしておきましょう。はじめて就職する方、社会人経験の浅い方、一度もビジネスマナーを教えてもらったことがない方などにおすすめです。



**PICK UP! イベント**

6.7 [木]

■開催時間／15:00～16:30

■対象／39歳以下の方

### エニアグラムで初めての自己分析

質問に答えて性格診断！9タイプの分類から導かれた結果を通して、自分の強み弱みを知ろう！



**PICK UP! イベント**

6.14 [木]・28 [木]

■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！基本操作と四則演算、基本関数を使った表作成で基本操作を振り返ってみましょう。



**PICK UP! イベント**

6.14 [木]・28 [木]

■開催時間／14:00～16:00

■対象／女性・39歳以下の男性

### Excel講座～関数とグラフ編～

実務での使用率が高い「IF関数」とグラフ作成の基礎をあわせてご紹介します。「IF関数」の基本的な使い方を振り返り、資料作成にかかせないグラフ作成の基礎をおさえて就職活動への自信につなげましょう。



**PICK UP! イベント**

6.18 [月]

■開催時間／10:00～11:30

■対象／女性

### 【子連れOK】チーム育児でハッピー子育て講座

6ヶ月間の男性育休をとったパパ講師が、どのように夫婦で家事育児を分担し合えるようになったのか？どんな話合いがあったのか？などの体験談や、パパの本音をこっそり教えます。



**PICK UP! イベント**

6.20 [水]

■開催時間／14:00～15:30

■対象／女性・39歳以下の男性

### 今さら聞けない応募書類の作り方

「応募書類って、手書き作成とパソコン作成のどちらがいいの？」など、今さら聞けない履歴書や職務経歴書の作り方を、基礎の基礎からわかりやすく解説します！あなたの応募書類、見直してみませんか？



**PICK UP! イベント**

6.21 [木]

■開催時間／15:00～16:30

■対象／女性

### 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**

6.22 [金]

■開催時間／10:00～12:00

■対象／39歳以下の方

### しごと理解セミナー

職種や会社組織の仕組みをわかりやすくお伝えします。営業職と事務職の違いは？そもそも株式会社って何？という疑問や不安と一緒に解決しませんか？



**PICK UP! イベント**

6.25 [月]

■開催時間／14:00～15:30

■対象／女性・39歳以下の男性

### 自己PR・志望動機の書き方

「自己PRや志望動機にいつも悩んでしまう…」自分の特徴、好み、持ち味を振り返り、アピール力のある自己PRや志望動機を考えてみませんか？

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。



「若者・女性の未来を創る」就活応援スポット

**就活ファクトリー 東大阪**

各セミナーに関する  
お問い合わせは

**06-4306-5360**

開館時間 9:00～17:30 休館日 土日祝、年末年始

