

“プラスちょっと”の自分をつくる

スキルアップセミナー

2026
10

※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。

対面

対面
セミナー

オンライン

オンライン
セミナー

抽選

抽選
セミナー



**全て
無料!!**

対面

PICK UP! イベント

10.6 (火) ■対象/女性

**【託児付き】写真写りで悩むあなたへ！
証明写真の撮られ方講座**

柔らかな表情を引き出す表情筋の使い方と、写真で美しく見える姿勢・視線を学ぶ講座です。
履歴書写真やプロフィール撮影にも役立つ、上品で好印象な写り方を身につけます。

持ち物：手鏡、スマホなど写真が撮れるもの

託児利用の受付期間：9月18日（金）まで

開催場所：ハローワーク布施 大会議室



申込み先：
ハローワーク布施
マザーズコーナー

TEL: 06-6782-4221(45#)

■開催時間/
10:00～11:30

対面

PICK UP! イベント

10.28 (水) ■対象/39歳以下の方

**転職スタートアップセミナー
～キャリアを活かした転職ツールの選び方～**

転職活動を効率的に進めるために、各種転職サイトやエージェントの特徴（メリット・デメリット）を客観的に整理するセミナーです。ご自身のキャリアに合ったツールの選び方や、スムーズに活動を開始するための事前対策についてお伝えします。



■開催時間/
14:00～15:30



あなたの「働きたい」にスイッチON!

就活ファクトリー東大阪

〒577-0056 東大阪市長堂一丁目8-37 ヴェル・ノール布施4階
TEL:06-4306-5360 FAX:06-4306-5160

<http://www.shukatsu-higashiosaka.jp>

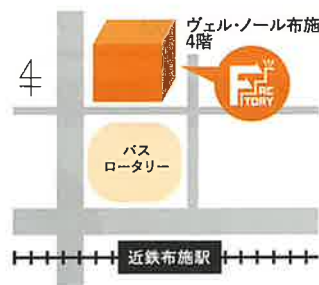
開館時間 9:00～17:30

休館日 土日祝、年末年始

就活ファクトリー東大阪



検索





“プラスちょっと”の自分をつくる スキルアップセミナー 2026 10

オン
ライン

PICK UP! イベント |

10.14 (水)

■開催時間／14:00～15:00 ■対象／女性

キャリアを前向きに切り拓く！ ポジティブシンキングセミナー

「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？（ジョブ・カード活用）

対面

PICK UP! イベント |

10.15 (木)

■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。

対面

PICK UP! イベント |

10.19 (月)

■開催時間／10:00～11:30 ■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。

オン
ライン

PICK UP! イベント |

10.22 (木)

■開催時間／10:00～11:00 ■対象／全ての方

エニアグラムで自己分析セミナー

エニアグラムは、個人の性格や行動パターンを分析するツールで、自己理解を深めるのに役立ちます。自分の強みや弱みを理解し、その特性を活かして、自分に合う仕事を探しましょう。（ジョブ・カード活用）

対面

PICK UP! イベント |

10.23 (金)

■開催時間／10:00～11:30 ■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。

対面

PICK UP! イベント |

10.29 (木)

■開催時間／10:00～11:30 ■対象／女性

苦手克服！ 女性のための事務職基本マナー講座

電話対応やビジネスメールに緊張してしまうあなたへ！このセミナーでは、今さら聞けない「基本のキ」をわかりやすくお伝えします。実践的なロールプレイや具体的なメール例を通じて、すぐに使えるコミュニケーションスキルを身に付けましょう。

抽選

対面

仕事に役立つ！ OAスキルアップ講座

■対象／全ての方

10.7 (水)

受付〆切 9/23(水)
抽選結果 9/25(金)

10.27 (火)

受付〆切 10/12(月)
抽選結果 10/14(水)

10:00～12:00

Excel 基礎

10:00～12:00

Excel 応用

14:00～16:00

Word

14:00～16:00

PowerPoint

講座の内容について

対象のOfficeソフトを使った経験がある方を対象としています。

抽選について

応募多数の場合は、抽選となります。
抽選結果は当施設ウェブサイトのお知らせにて会員番号を発表します。ご確認の上、フォームより出欠の回答をいただくことで参加確定となります。
必ずご自身で抽選結果をご確認ください。

要予約

セミナーの参加には事前予約が必要となります。
ウェブサイトまたはお電話にてご予約願います。

06-4306-5360

