東大阪市　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

“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 11

※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

11.19 (木) ■対象／女性

【託児付き】将来に向けて知っておきたいお金の話

「これからどんな働き方をしよう？」そんな時に、切っても切り離せないのが、お金の話。このセミナーでは、将来設計・資産形成の考え方、社会保険と民間保険の話をベースに、年収の壁についてもわかりやすく学べます。
協力：金融経済教育推進機構（J-FLEC）

※託児利用の方　受付期間は11月11日(水)までです。



■開催時間／
10:00～11:00

対面 PICK UP! イベント

11.24 (火) ■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、スムーズに活動を始めるための事前対策についてお伝えします。



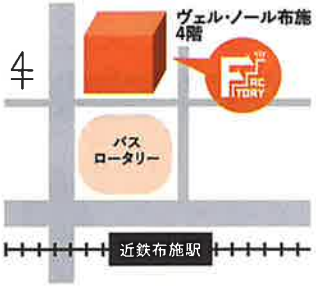
■開催時間／
14:00～15:30

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



東大阪市 LINE 公式アカウント

就職支援情報をお届けします！
友だち登録後、受信設定から欲しい情報で「仕事・就職支援」を選択すると、市から就職に関するセミナー・イベント情報が届きます。
右の二次元コードから友だち登録お願いします！

“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 11

対面 PICK UP! イベント | 11.13（金）

■開催時間／10:00～11:30　■対象／全ての方

応募書類の書き方 ステップアップ編

履歴書や面接で欠かせない「自己PR」ですが、いざ考え始めると「何をアピールすればいいのかわからない」と感じる方も多いものです。このセミナーでは、気軽に取り組めるワークを通じて、あなた自身が持つ魅力や価値観を自然に引き出していきます。

オンライン PICK UP! イベント | 11.16（月）

■開催時間／10:00～11:00　■対象／全ての方

選択と偶然を味方につける！ プランド・ハップンスタンスセミナー

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「プランド・ハップンスタンス」を学んでみませんか？（ジョブ・カード活用）

対面 PICK UP! イベント | 11.17（火）

■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。

オンライン PICK UP! イベント | 11.18（水）

■開催時間／14:00～15:00　■対象／全ての方

自分に合うストレス対処を見つけるヒント！ ストレスコーピングセミナー

この講座では、ストレスをゼロにするのではなく、うまく付き合う方法＝「ストレスコーピング」を身につけ、こころの健康を保ちながら“自分らしく、健やかに働く力”を育てる方法をお伝えします。（ジョブ・カード活用）

オンライン PICK UP! イベント | 11.27（金）

■開催時間／14:00～15:30　■対象／女性

デジタル事務スキル向上セミナー ～Googleツール編～

Googleの活用方法は検索やメールだけではありません！ドライブ、ドキュメント、スプレッドシート、フォームなど、業務を効率化するツールを使いこなし、最新の事務スキルを身につけましょう。

対面 PICK UP! イベント | 11.30（月）

■開催時間／10:00～11:30　■対象／女性

事務職ってどんな仕事？ ～希望と現実を知って、次の1歩を考える～

事務職って、どんな仕事をして、どんな人が向いてるの？事務職の種類や必要なスキルなど、リアルな体験談を交えてわかりやすく解説します。まずは“知る”ことから始めませんか？

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

11.12（木）	受付〆切 10/27（火） 抽選結果 10/29（木）	11.20（金）	受付〆切 11/8（日） 抽選結果 11/10（火）
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