

就活11月

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。

すべての方

10/17

14:00 金
16:00

「おしごと体験ナビ」オープニングイベント!~社長カフェ

「おしごと体験ナビ」に登録している大阪の情熱あふれるものづくり企業の社長と直接話せるチャンス!就職や将来に迷っている方にこそ来てほしい!仕事のこと、人生のこと、ちょっと気になることを気軽に聞いてみましょう!

講師:有限会社関西貿易、株式会社デジック、株式会社USEYA、株式会社高木 ...and more **会場**

60歳以上の方

11/4 火

11/28 金

【アーカイブ配信】

シニアのための「IT資格活用講座」

~ITパスポート編~

セカンドキャリアを考えるうえで、ITパスポートが気になる方へ。広域な試験範囲の全体像や自分に合った学び方のヒントを知り、取得への第一歩を踏み出してみませんか?

講師:小城弥生氏

Web

障がいのある方

11/5 水

11/7 金

13:00
17:00

障がい者企業面接会

就職を目指す障がいのある求職者と採用を希望する企業11社を結ぶ面接会を、11月5~7日に開催します。面接会は時間指定の予約制で企業担当者と面接を行っていただきます。ぜひご参加をお待ちしております。

会場

35歳~59歳の方

11/6

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

Web

女性

11/6

10:30 木
12:00

リフレーミングでプラス思考に! 志望動機の書き方セミナー

「自分の長所やアピールできることは何か」と悩んだことはありませんか。苦手意識や自分のキャリアへの不安をプラスに変える思考法をお伝えします。別の角度から物事捉えて、新しい気づきや自信につなげましょう。

講師:大阪マザーズハローワーク

会場

すべての方

11/6

13:30 木
15:30

【カウンセラー企画】面接対策 想定質問と回答のポイント

「面接で何を聞かれるのか不安」、「想定外の質問でうまく話せなかった」等お困りではありませんか?今回は面接官の視点に立った質問の意図と回答のポイントについて、簡単な演習も交えて分かりやすくご説明いたします!

講師:OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー

会場

女性

11/10

10:30 月
12:00

頑張るすぎない私になる 女性のためのカラダとココロの基礎知識

生理やホルモンによる心身の変化は、多くの女性が抱える日常の悩みです。そうしたお悩みと上手に付き合いつながりながら働くための基礎知識やケアの方法についてご紹介いたします!同じ悩みを持つ方と共に、前向きに行動するためのヒントを見つけましょう。

講師:ユニ・チャーム株式会社
「ソフィみんなの生理研修」講師

Web

すべての方

11/10

14:00 月
15:30

認知特性から 自分の得意不得意を探ろう!

情報の理解や整理、表現の仕方は、一人ひとり異なります。認知特性のタイプを診断し、自分の得意な学び方や伝え方、コミュニケーションの取り方を探ってみましょう。

講師:株式会社ポルトワオーレ 喜田智也氏

Web

49歳以下の方

11/13

14:00 木
15:30

あんしん就活 STEP0 | プログラム説明会

「次は会社選びで失敗したくない」「面接が苦手」そんな方は、「あんしん就活」で職場体験をして応募前にもっとその会社のことを知ってみませんか?プログラム説明会では参加企業などの詳細をお話します。

会場

49歳以下の方

11/13

14:30 木
17:00

実践型! グループディスカッション選考対策講座

企業や公務員の採用選考に用いられる「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

会場

すべての方

11/18

13:30 火
15:00

【カウンセラー企画】未来&目的志向でキャリアを考えよう~VUCAの時代を生き抜くために~

働くとは仕事を通して社会の中で自分を活かして生きること。スピードが求められる時代だからこそ、一旦立ち止まって自分を見直しませんか?個人ワークやグループワークを通して、自分なりの仕事観を見つけましょう!

講師:OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー **会場**

女性

11/21

13:00 金
15:30

女性のための堺ジョブマッチフェア

女性の採用に積極的な企業が10社出展する合同企業説明会です!フルタイム、パートタイム問わず多様な求人を持った企業が集まります!服装自由、出入り自由です!ぜひお気軽にご参加ください。

会場:堺市産業振興センター2階 小ホール
協力:堺市(さかい)JOBステーション

会場

60歳以上の方

11/21

13:30 金
15:00

【シニア応援シリーズ】第1回 セカンドライフを意識するシニアに

気になる、知りたい、これからの自分の人生(年金・仕事・健康・やりがい)何かヒントが欲しい。そんなポジティブシニアライフを目指す方、そろそろ準備をしませんか?12月に第2回・第3回も開催!

講師:OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー **会場**

すべての方

11/21

14:00 金
15:30

コツコツできる仕事について知ろう!

コミュニケーションは苦手だけど、地道な作業は意外と苦にならない...そんな方におススメ!「自分のペースでコツコツ続けられる事」について紹介します。

講師:中小企業診断士 浜口桂氏

Web

●「35歳～59歳の方」向けのセミナーは就職氷河期世代を含む中高年世代の方にオススメです。

Web オンラインで配信 **会場** 会場で実施



ちょっと意外💡で、めっちゃワクワク!

GATEN職「ガテ美ちゃん」とめぐる建設業のおしごとツアー

街や人々の暮らしを支える基盤を、自分の手で形にする。そんな仕事の魅力をセミナーや体験・見学、企業との交流会を通じてお伝えします。未経験でも大丈夫。実際に見て体験することで、「自分にも合うかも」と思える発見がきっとあります。

特設ページ

ガテン系現場職に特化した求人情報サイト「GATEN職」とコラボレーション。YouTubeアカウント「GATEN職ちゃんねるッ」の“ガテ美ちゃん”と一緒に、おしごとツアーをお楽しみください。



すべての方
11/5
10:00 水
11:00

未経験でも大丈夫! GATEN職「ガテ美ちゃん」が語る建設業のおしごと

街をつくる、未来を築く建設業。実は未経験から始められる職種がたくさんあることをご存じですか?建設業界の求人情報を提供しているGATEN職の広報担当「ガテ美ちゃん」がその魅力とやりがいを語ります!

講師: GATEN職 広報担当 ガテ美ちゃん氏 **Web** **会場**

すべての方
11/12
13:00 水
14:00

事務職志望の方にもオススメ! 現場を支えるオフィスワーク

現場監督と言われる彼らの仕事の半分が書類業務。その書類業務を担当し、働きやすい現場作りをサポートする「緑の下の方たち」となるお仕事を紹介しします。

講師: 株式会社KMユナイテッド **Web**

すべての方
11/17
11:00 月
12:00

線からカタチへ。建築設計ってどんな仕事?

図面の向こうにあるのは、誰かの暮らし。建築設計のやりがいや魅力を、初心者向けにわかりやすく紹介します。建物の“最初”をつくる仕事をのぞいてみませんか?

講師: 有限会社丹陽社 **Web**

すべての方
11/19
12:40 水
17:30

全部経験できるのはここしかない!一軒家まるごと!? おうちリノベーション体験

模擬家屋を使用し、建築のお仕事である「高さ測定(測量)」・「ビニールクロス(壁紙)の貼り方」や、水回りのお仕事「トイレの据え付け」などを全て体験していただけます。体を動かし、建築の世界を体感しよう!

会場: 北大阪高等職業技術専門学校 共催: 大阪労働局
集合場所: エル・おおさか本館1F
(バスで会場まで送迎します。)

会場

すべての方
11/25
10:00 火
12:00

企業×求職者 ホンネを聞けるしごと交流会(建設業編)

「実際どうなん?」そんな疑問、大歓迎!建設業に関する企業で働く人と直接話せて、リアルな話が聞けるフランクな交流イベントです。

講師: アドバンスワードサポート 阿部浩子氏 **会場**

会場

すべての方
11/4
14:30 火
16:30

しごとカプログラム第5回 結合展開力

さらなるキャリアアップをめざすために必要な3つの能力・8つの力を定義した『しごと力』を学ぶセミナーです。第5回は『結合展開力』。情報や経験などを元に複数のものを組み合わせる新たなものを生み出し、実行する力を身につけます。

講師: I Creation合同会社 野本敬子氏 **会場**

すべての方
11/11
10:00 火
12:00

＼ご好評につき、第二回開催!／空から未来を切り拓く! ドローンで広がるキャリアの魅力とは?

ドローンを仕事にする時代!国家資格やスキルアップ支援金制度、活躍のフィールドまで。ドローンの魅力と可能性を、リアル体験付きでわかりやすくご紹介しします!

講師: JUAVACドローンエキスパートアカデミー 校方校 **会場**

すべての方
11/13
10:00 木
12:00

パソコンで建てる!? 建設業界で話題のBIMシステムにふれてみよう!

建設業界=現場仕事だけ...と思いませんか?図面が3Dになる最新技術「BIM」を実際に操作!未経験の方もお気軽にご参加ください。

集合場所: 栗井機鋼株式会社
(大阪市西区九条南2丁目29-12)

会場

すべての方
11/17
13:00 月
15:00

特別公開! 関空の灯りを守る電気工事士の仕事現場を見学しよう!

普段は立ち入れない関西国際空港の裏側へ!照明・設備・安全を守る電気工事士の仕事の魅力を間近で見て、学んでみましょう。

集合場所: JR関西空港線、南海空港線「関西空港駅」改札口
共催: 一般社団法人大阪電業協会 **会場**

会場

すべての方
11/21
13:00 金
14:00

水を使って安全に体験! ポンプ車を使って学ぶ建設のおしごとin建設匠フェア2025

建物づくりに欠かせない“コンクリート”を圧送して打ち込む仕事の魅力を小型ポンプ車を用いた体験を通じて学びましょう!重機を使う迫力ある仕事の魅力をその目で体感してみませんか?

集合場所: OsakaMetro長堀鶴見緑地線「鶴見緑地駅」改札口 共催: 近畿生コンクリート圧送協同組合 **会場**

会場

60歳以上の方
11/4
14:00 火
15:30

人生100年時代!生涯現役いきいき働き続けるために～自分に似合うカラー編～

身につける色で印象が変わる!はつらつと働き、心から元気に過ごすために、“自分らしく映える色”の見つけ方を学んでみませんか?

講師: カラー総合スクールA+STYLE校長 林由恵氏 **会場**



会場

すべての方
11/5
13:00 水
13:40

【初めての方必見!】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!スキマ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 **会場**

会場

すべての方
11/5
14:00 水
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 **会場**

すべての方
11/12
14:30 水
16:30

しごとカプログラム第6回 気づき力

さらなるキャリアアップをめざすために必要な3つの能力・8つの力を定義した『しごと力』を学ぶセミナーです。第6回は『気づき力』。基本的な役割を理解した上で、状況ごとに求められる役割を把握する力を身につけます。

講師: I Creation合同会社 野本敬子氏 **会場**

女性
11/14
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。就職(転職)活動の進め方、仕事に必要なスキルアップ、育児や介護と仕事の両立、職場のトラブル、ひとり親の就業や生活、福祉や保育のお仕事などについて相談できます。お気軽にご参加ください。

Web

すべての方
11/18
14:30 火
16:30

しごとカプログラム第7回 ストレスマネジメント力

さらなるキャリアアップをめざすために必要な3つの能力・8つの力を定義した『しごと力』を学ぶセミナーです。第7回は『ストレスマネジメント力』。ストレスについて把握することで日々生じるストレスを適切に対処する力を身につけます。

講師: I Creation合同会社 野本敬子氏 **会場**

障がいのある方
11/19
10:30 水
12:30

主に知的障がい
発達障がいのある方向け

就職をめざす障がいのある方向け 職場体験準備セミナー

「障がい者職場体験マッチング会」に安心してのぞむための準備セミナー。職場での礼儀作法や身だしなみ、職場の人との関わり方やコミュニケーション方法を身につけましょう。

【申込締切】11月10日(月)

講師: 選択理論心理士・スリーピース今里 施設長・専務理事 瀧川昇三氏 **会場**

会場

すべての方
11/18
10:30 火
11:30

【オンラインで前向き就活!】折れない心をつくる! ポリアンナ効果で磨くマインドセット

ポリアンナ効果とは、物事の良い面に注目する心理効果です。前向きな考え方で、自信と行動力を高めることで企業で活躍する人材になります!

講師: アークユリージャパン株式会社 代表取締役 新川智子氏 **Web**



すべての方
11/21
14:00 金
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 **会場**

会場

すべての方
11/25
10:30 火
12:00

【オンラインで前向き就活!】あなたの魅力、伝わってる? フリーアナウンサーが教える面接突破術

表情・声・言葉選びで変わる印象力!面接官の心に響く“伝え方”のコツを学んで就職活動で一歩リードしよう!

講師: 小林万希子氏 **Web**



60歳以上の方
11/11
14:00 火
15:00

60歳以上のシニア向け仕事説明会

積極的にシニア人材の採用をしている企業をお招きして、仕事説明会を実施します!新しい仕事へのチャレンジを考えている皆さま、ぜひ詳しく仕事の内容を聞いてみましょう。



Web **会場**

35歳～59歳の方
11/13
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 **Web**



すべての方
11/15
13:00 土
16:00

LGBTQ コミュニティスペース for Work

就活や仕事の話をする際「セクシュアリティについても普通に話せたらいいのに」と思ったことはありませんか?LGBTQの方が、就活や仕事について話し合える場を開放しています!

会場

60歳以上の方
11/19
10:30 水
11:30

人生100年時代!生涯現役いきいき働き続けるために～リフレッシュヨガ編～

無理なくできるヨガで、心も体もリフレッシュ!シニア向けのやさしいヨガを体験し、日々のリフレッシュ習慣に取り入れてみませんか?

講師: ヨガ講師 Saya氏 **会場**



障がいのある方
11/19
14:30 水
16:30

主に精神障がい
身体障がいのある方向け

就職をめざす障がいのある方向け 職場体験準備セミナー

「障がい者職場体験マッチング会」に安心してのぞむための準備セミナー。職場での礼儀作法や身だしなみ、職場の人との関わり方やコミュニケーション方法を身につけましょう。

【申込締切】11月10日(月)

講師: 選択理論心理士・スリーピース今里 施設長・専務理事 瀧川昇三氏 **会場**

会場

49歳以下の方
11/20
13:00 木
16:30

あんしん就活 STEP1 | 準備セミナー

「次は会社選びで失敗したくない」「面接が苦手」そんな方は、「あんしん就活」へ。自己理解ワーク・基本的なビジネスマナー講座を受けられます。スタッフとともに企業交流会・職場体験に向けて準備しましょう。

会場

会場

すべての方
11/21
18:30 金
20:00

【オンラインで前向き就活!】自己分析セミナー～あなたの中の“強みのタネ”を見つけよう～

「自分の強みがわからない…」を解消!心理学に基づいたワークを通じて、前向きな視点で自己理解を深めます。自己PRや面接で活かせるあなただけの強みを言語化してみましょう!

講師: ヒューマンダイナミックスコンサルティング 廣瀬公尚氏 **Web**



すべての方
11/25
13:30 火
15:30

【職業適性検査セミナー】Part1 職業興味を知ろう

「自分がやりたい仕事は何だろう?」と思ったことはありませんか?適性検査で「興味のある仕事」について、手がかりをつかみましょう。自分らしく働きたい方、ご参加ください!12月開催のPart2との連続受講がオススメ!

講師: OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー **会場**



すべての方

11/25

14:30 火
16:30

しごとカプログラム第8回 セルフマネジメント力

さらなるキャリアアップをめざすために必要な3つの能力・8つの力を定義した「しごと力」を学ぶセミナーです。第8回は「セルフマネジメント力」。自身の心(感情)と身体(健康)を適切に管理できる力を身につけましょう。

講師:I Creation合同会社 野本敬子氏

会場

すべての方

11/26

13:30 水
15:30

スキル向上セミナー「実務に直結Excel機能マスター」

Excelの基本操作から実務に直結する便利機能を学んだうえで、今回はさらにPC資格の代表格「MOS」についても情報収集して、PCスキルアップの計画づくりに大いに役立てましょう!

講師:気愛塾 福田雅子氏

Web 会場

35歳~
59歳の方

11/27

10:30 木
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

Web

49歳
以下の方

11/27

14:00 木
17:30

あんしん就活 STEP2 | おすすめの5~6社が参加!企業交流会

「次は会社選びで失敗したくない」「面接が苦手」そんな方は、「あんしん就活」へ。参加する企業全てと交流し、マッチングしたら後日職場体験ができます。社内の雰囲気や業務を体験し、働く前の不安を解消しましょう!



会場

60歳
以上の方

11/28

13:30 金
15:00

人生100年時代!生涯現役いきいき働き続けるために ~栄養・食事編~

生涯現役の秘訣は食事から!元気に働き続けるための食生活の工夫を“自分の食事”から考えてみる絶好のチャンスです!栄養のプロと一緒に、フレイル対策を学び、生涯現役に向けた実践につなげましょう!

講師:健康栄養支援センター 管理栄養士 小林 美貴氏

会場

59歳
以下の方

11/28

14:00 金
16:00

気づき力を磨こう ~しごと力を高めよう~

「はたらく」に向けてこれからスタートする方へ!自分の役割ってなんだろう?仕事にはそれぞれ担当や役割があります。「大阪らしいお土産」の商品企画にチャレンジし、グループワークで気づき力を磨きましょう!

講師:OSAKAしごとフィールド キャリアカウンセラー

会場

35歳~
59歳の方

11/1

R8
3/31 火

ミドルのための リスキングプログラム

ミドル世代が仕事や就職活動に必要な3つのスキルを学び直すプログラムです。*本動画は9月実施同タイトルのアーカイブ配信です。

講師:Co-en 浜口桂氏

就活に役立つ コミュニケーション術

就活に役立つ ロジカルシンキング術

就活に役立つ 生成AI活用術

今回はコミュニケーションの基礎。ビジネスシーンでのコミュニケーションスキルを身につけましょう。

論理的思考法と問題解決力を身につけましょう。

話題の生成AIを活用して、自己PRや企業研究など就職活動に役立つスキルを身につけましょう。



Web

若年者地域連携事業セミナー・イベント情報 (対象44歳以下の方)

若年者地域連携事業事務局 (TEL:06-6949-0009)

以下のセミナーは若年者地域連携事業(大阪労働局委託事業)で実施します。問合せ・お申込みは、右記の二次元コードの遷移先ページからお願いします。セミナーの中止や変更の可能性があります。最新情報はWebにてご確認ください。

<https://jakunen-osaka.mhlw.go.jp/>



11/5

13:30 水
16:30

Excel 初級~中級

Excelの基本から応用を学んで自信をつけましょう。初級ではデータの入力方法や編集方法を学び表を作成します。中級では関数や数式、グラフの作成を学びます。

講師:山口純子氏

Web 会場

80分 2コマ

11/8

10:30 土
17:30

Word 初級~中級

Wordの基礎から応用を学んで自信をつかみ取りましょう。入力練習から文章作成や表作成、チラシ作成など、実際の業務をイメージしてチャレンジ!

講師:山口純子氏

Web 会場

80分 4コマ

11/18

18:30 火
20:00

PowerPoint初級

PowerPointの画面構成やテーマの使い方、新しいスライドの挿入など基本操作を身につけましょう。

講師:山口純子氏

Web 会場

80分 1コマ

11/21

18:30 金
20:00

PowerPoint中級

PowerPointでオブジェクトや図画の挿入、表の作成やスライドショーの使い方など学んで綺麗に作成しましょう。

講師:山口純子氏

Web 会場

80分 1コマ

※1日に複数コマ実施するセミナーについては、1コマからの受講も可能です。都合のよい時間にご受講ください。

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/>



- 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。
- 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。
- 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。
- 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。



京阪・OsakaMetro 谷町線「天満橋駅」より西へ300m
京阪・OsakaMetro 堺筋線「北浜駅」より東へ500m