

参加
無料

不安を抱える女性を対象とした就業支援事業

応援
コスメ
プレゼント

女性のための 経済的な自立支援セミナー

「経済的に自立したい」と思っている、何から始めればいいのかかわからない方、「就職活動」や「コミュニケーション」等に不安がある方、セミナーで学びを得て一歩前に踏み出してみませんか？

各回とも、同じ悩みを持つ方同士で語り合い、講師からアドバイスをもらう“ゆったりカフェ”も行います。



第1回：自分の収入で生きていくために

10月27日 月 10:00～12:30/ 10/23(木) 締切

自立と自律の違いについて学び、自分の収入で生きていくために“今の自分”に必要なものについて考えます。

● ゆったりカフェ「私にとっての自立」

第2回：自分らしい生き方を するための働き方と就職活動

11月18日 火 10:00～12:30/ 11/14(金) 締切

具体的な就職活動の進め方について理解し、一人で悩まないように相談窓口の活用方法を学びます。

● ゆったりカフェ「就職活動の疑問と不安」

第3回：信頼を築くコミュニケーション

11月27日 木 10:00～12:30/ 11/25(火) 締切

コミュニケーションの基本を知り、人間関係に悩んだ時の問題解決のコツについて学びます。

● ゆったりカフェ「わたしのストレスケア」

対象

- ・ 自立を目指す女性
- ・ これから働くことに不安を抱える女性

※京都市在住・在勤・在学
(単身・既婚問いません)

定員

各回15名
先着順

通し参加推奨
各回単発参加も可
定員になり次第、受付終了

講師

本多 真理子

国家資格キャリアコンサルタント、
応対マナーインストラクター資格、
メンタルヘルス・マネジメント検定Ⅱ種

坪田 景子

国家資格キャリアコンサルタント、
コミュニケーション検定上級、
メンタルヘルス・マネジメント検定Ⅱ種

保育

対象年齢：4カ月～就学前
締切：各回の2週間前まで
定員：各15名

無料
要予約

会場

京都市男女共同参画センター
ウィングス京都
2F セミナー室B

京都市中京区東洞院通六角下る262
地下鉄四条駅・烏丸御池駅
阪急烏丸駅から徒歩5分

●一般来館者の駐車場はありません。
バス・電車等公共交通機関をご利用ください。



※お申込み・お問合せ

受付開始：9/1（月）から

締切：各回の2営業日前まで

申込フォーム

Email jyosei@icl-web.co.jp

電話

株式会社アイシーエル

075-708-7886

受付：9:00～17:30 土日祝休み



記入事項

メールの件名：経済的な自立支援セミナー

①氏名 ②フリガナ ③年齢 ④〒住所 ⑤電話番号

⑥メールアドレス ⑦保育の有無と人数及び年齢・月齢

⑧今回の受講で解決したいこと ⑨参加希望日（通し参加推奨）

【個人情報の取り扱いについて】申込者の住所・氏名・連絡先など個人情報は申込みいただいた講座・催しに関する事務連絡及び関連する事業のご案内などに使用し、他の目的には一切使用いたしません。

主催：京都市 企画運営：公益財団法人京都市男女共同参画推進協会

協力：京都ジョブパーク マザーズジョブカフェ

一般社団法人バンクフォースマイルズ コスメバンクプロジェクト

京都市印刷物第071169号 令和7年8月発行 京都市文化市民局共生社会推進室男女共同参画推進担当

