

# 京都市 ひとり親家庭支援センター ゆめあす

—就業・自立支援センター事業のご案内—



京都市ひとり親家庭支援センターゆめあすでは



母子家庭のお母さん・父子家庭のお父さんを対象に



お仕事に関する様々な支援をしています



対象者：京都市にお住まいの父子家庭の父・母子家庭の母  
及び寡婦の方

※婚姻の実態は失われているがやむをえない事情により  
離婚の届出を行っていない方を含む

## 目次

講習会について	P2
Ⅰ. はじめてパソコン講座	
Ⅱ. 就業支援パソコン初級講座	
就職準備セミナー	P3
ひとり親家庭のお父さん・お母さんのための相談	P4
●無料法律相談 ●就業の相談 ●日常生活の相談	
ハローワークがあなたの就職をバックアップ!	P4
●自立支援プログラムの策定	
●『福祉・就労支援コーナーゆめあす』	
mama*cafe	P4



## 就業・自立支援センター事業 講習会について

### I. はじめてパソコン講座(9時間)

- 【対象者】 パソコン操作・マウス操作がはじめての方。  
(インターネットや文字入力はできるが、ワード・エクセルが全くはじめての方を含む)
- 【講座内容】 パソコンの基本操作・キーボード操作・タッチタイピング・フォルダとファイルの操作  
ワードとエクセルの基本操作
- 【定員】 各15名(応募者多数の場合は抽選)
- 【受講料】 無料
- 【テキスト代】 500円

★全くはじめてでしたが、パソコン入力ができるようになりました。  
★初級も学習したいと思います。  
★先生の説明がとってもわかりやすかったです。  
(参加者の声)



	講座日程	曜日	時間	申込期間
第1回	6/1・6/8・6/15	土曜日	13:00~16:00(3時間)	平成25年5月1~22日(必着)
第2回	9/1・9/8・9/15	日曜日	13:00~16:00(3時間)	平成25年8月1~22日(必着)
第3回	2/1・2/8・2/15	土曜日	13:00~16:00(3時間)	平成26年1月5~22日(必着)

### II. 就業支援パソコン初級講座(18時間)

◎申込時にスキルチェック表\*の提出が必要です!

- 【対象者】 『はじめてパソコン講座』修了者。または同レベルの方。パソコン基本操作が可能な方。
- 【講座内容】 ワード・エクセルの初級(文書作成と印刷・表の作成とデータの入力・関数の利用・グラフの作成・データベースの利用・差込印刷・ビジネス文書の作成・電子メール送受信・インターネット閲覧)
- 【定員】 各15名(応募者多数の場合は抽選)
- 【受講料】 無料
- 【テキスト代】 1,000円

\*スキルチェック表を初級講座申込時にお渡しいたします。申込書と一緒に提出してください。

★初級を6回でしっかり学べてよかったです。仲間もできました!  
★面接に自信をもって挑めそうです!  
★講座終了後のセミナーでおさらいもできて仕事のイメージができました。(参加者の声)



	講座日程	曜日	時間	申込期間
第1回	6/22・6/29・7/6 7/13・7/20・7/27	土曜日	13:00~16:00(3時間)	平成25年5月1~22日(必着)
第2回	9/22・9/29・10/6 10/13・10/20・10/27	日曜日	13:00~16:00(3時間)	平成25年8月1~22日(必着)
第3回	2/22・3/1・3/8 3/15・3/22・3/29	土曜日	13:00~16:00(3時間)	平成26年1月5~22日(必着)

☆1日目開講式(12:50~13:00)6日目に閉講式(16:00~16:10)を行います。

★就業支援パソコン初級講座を修了された方には、閉講式において京都市より修了証をお渡しします!

### 申し込み方法 申込書\*に必要事項をご記入の上、京都市ひとり親家庭支援センターまで。(郵送・FAX可)

※申込用紙等は申込期間内にセンターまでご請求ください。

また、必要書類は上記申込期間にホームページからダウンロードしていただけます。<http://yumeasu.com>

### 予習・復習支援について

パソコンをお持ちでない方、自宅でパソコン学習が困難な方、講座開講時間の前後にパソコンを使っていただけます。ご利用下さい。

日時・・・開講日の11:30~13:00及び16:00~17:30

注意・・・◆予習・復習の時間は託児をおこなっていません。ただし、講習30分前、講習30分後まで託児を行っています。  
◆パソコン設置場所に子どもさんの入場はご遠慮ください。



### 休憩コーナーの設置について

遠方からお越しの方や仕事帰りに講座を受講される方等のために、休憩コーナーを設置しております。講習会の休憩時間にもご利用いただけます。飲食可。

#### ★休憩コーナーの活用メモ①★

休憩コーナーはパソコン講習会開催の技能修得室の中に設置!講習会中の休憩だけでなく受講前に親子でお弁当タイムとして利用されて大好評です!(中高生の子どもさんが自習場所としての利用も可。ご相談ください。)



#### ★休憩コーナーの活用メモ②★

センターではパソコン教本など書籍を揃えています。休憩時間に手にとって資格取得に向けて計画をたててみませんか?  
パソコンの自学自習のために休憩コーナーを是非活用してください!





就業・自立支援センター事業

就職・転職スキルアップに活用しよう!

# 就職準備セミナー



参加無料・保育無料

	日時	テーマ・内容	講師
第1回	4月13日(土) 13:00~16:00	<b>春の集中就活対策セミナー『パソコン初級おさらい』</b> ⑤ ワード・エクセルのおさらいと名刺印刷・シール印刷をしよう!	株式会社ワークアカデミー
第2回	4月20日(土) 10:30~12:30	<b>『ビジネスマナー講習』</b> 身だしなみ・立居振舞など基本を学ぼう!	株式会社ワークアカデミー
第3回	4月20日(土) 13:30~16:30	<b>『面接対策セミナー』</b> みんなで実習! 男性面接官による役立つ模擬面接あり	株式会社ワークアカデミー
第4回	6月20日(木) 10:30~12:30	<b>『介護の資格取得と訪問介護について』</b> 求人が増え続ける介護現場...でも介護の仕事ってどんな仕事?施設や事業について知りたい!介護ヘルパー2級・介護福祉士・ケアマネージャーなど資格について詳しく教えてほしい!現場で働いている方の体験談を交えながら学びましょう	社会福祉法人京都福祉サービス協会 事業部長 各務 勝博氏
第5回	7月25日(木) 13:30~15:30	<b>『企業が求める人材とは』</b> 企業が求める人材とは、ハローワークより講師を招き求人情報や就職状況から解説していただきます。労働に関する冊子配布、職業訓練の最新情報及び説明あり。是非活用して下さい!!	ハローワーク西陣
第6回	8月3日(土) 13:00~16:00	<b>『パソコン初級おさらい』</b> ⑤ ワード・エクセルのおさらいと名刺印刷・シール印刷をしよう!	株式会社ワークアカデミー
第7回	9月19日(木) 10:30~12:30	<b>『デイサービスの仕事と介護資格』(車イスプチ実習あり)</b> デイサービスでの仕事内容について 細かく丁寧に説明!仕事と資格について知ること、働き甲斐についても考えてみよう!大好評の車いすプチ実習あり。軽装で参加してネ!!	社会福祉法人 京都市社会福祉協議会 坂本 健氏
第8回	10月24日(木) 13:00~15:00	<b>『ハローワークの窓口から』</b> ハローワークで就職された方の事例から学ぼう!みんなでワイワイ話そう! 母子自立支援プログラムについて説明有。ハローワークのセミナー・訓練など最新情報も!	ハローワーク西陣 就労ナビゲーター 母子自立支援プログラム策定員
第9回	11月10日(日) 13:00~16:00	<b>秋の集中就活対策セミナー『パソコン初級おさらい』</b> ⑤ ワード・エクセルのおさらいと画像を使って年賀状・クリスマスカード印刷をしよう!	株式会社ワークアカデミー
第10回	11月17日(日) 10:30~12:30	<b>『ビジネスマナー講習』</b> 身だしなみ・立居振舞など基本を学ぼう!	株式会社キャリア総研
第11回	11月17日(日) 13:30~16:30	<b>『面接対策セミナー』</b> 模擬面接演習を受けて好印象で採用 get しよう!	株式会社キャリア総研
第12回	2月16日(日) 13:00~15:00	<b>『就活スタートセミナー! 社会保険・年金知っとこ講座』</b> 健康保険・厚生年金・国民年金・源泉徴収票の見方など、社会保険と税金を正しく知って就職・転職に備えませんか?(個別相談可)	北川社会保険労務士事務所 特定社会保険労務士 北川 葉子氏
第13回	2月20日(木) 13:00~15:00	<b>『就活スタートセミナー! ハローワークを活用しよう』</b> 来年度の職業訓練の情報・就職セミナーや講習・履歴書職務経歴書の書き方・就職状況まで就職に役立つ情報提供と雇用保険について解説します。ハローワークをフル活用しよう!	ハローワーク西陣
第14回	3月30日(日) 13:00~15:00	<b>『仕事と食生活管理の両立について』</b> 仕事は体が資本!でも、働きながら食べ盛りの子どもの食事作りは大変!筋力・体力・仕事力・学習力を高める栄養管理のポイントを学んで 親子で元気に明日へ向かって GO!! 楽しい紙芝居タイムもあります。小さいお子さんも一緒に!おやつ時間あります!	管理栄養士 中川 敏子氏

◎筆記用具を各自ご持参ください。⑤第1・6・9回セミナーはパソコン操作(ワード・エクセル初級レベル)可能な方対象です。

◎各回定員あり(要予約) ★各回コーヒー・ティータイムあり!!ゆったりとした気持ちでしっかり学ぼう!

**託児について** (第1・6・7・9回以外は1才未満の乳児との同席可。電話にてご相談ください。)

第1~13回.....1才以上就学前(6才)までのお子さんの託児を行います。(申込必要・定員あり)

第14回.....子どもさんも一緒に参加していただけます。(申込必要)

**申し込み方法** 電話・FAX(講座名・参加者氏名・子ども氏名・年齢・住所・電話番号を明記)にて参加講座前日までに。



\*\*\*詳しくは各回のチラシをご覧くださいか、京都市ひとり親家庭支援センターまで電話でお問い合わせください!\*\*\*

京都市ひとり親家庭支援センター ゆめあす

〒606-0846京都市左京区下鴨北野々神町26番地 北山ふれあいセンター内

TEL 075-708-7750 FAX 075-708-7833

<http://yumeasu.com>

開館時間  
10:00~18:00  
火曜日・祝日休み

# ひとり親家庭のお父さん・お母さんのための相談

## 無料法律相談（特別相談）

子どもの面接交渉・養育費・慰謝料・親権・消費者金融や悪質商法など法律に関する問題や生活上の諸問題の解決に向けて、女性の弁護士が助言を行います。

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
1日 (月)	11日 (土)	3日 (月)	1日 (月)	5日 (月)	2日 (月)	7日 (月)	11日 (月)	7日 (土)	—	3日 (月)	3日 (月)
15日 (月)	25日 (土)	17日 (月)	22日 (月)	19日 (月)	30日 (月)	21日 (月)	25日 (月)	21日 (土)	20日 (月)	17日 (月)	17日 (月)

相談日：毎月2回 第1・3月曜日（祝日に当たる場合は翌週。1月は1回のみ）

5月と12月は土曜日に開催します。

相談時間：午後1時～5時 おひとり30分

申込方法：電話による予約 (075) 708-7750

## 就業の相談

就職・転職・資格取得などについてお気軽にご相談ください。

- 「仕事がなかなか決まらない・・・」
- 「私にはどんな仕事があっていい？」
- 「資格を取るにはどうしたらいいんだろう？」
- 「もっと働きたいけれども子どもが不安そうで・・・」

様々な悩みや問題をご一緒に考えましょう。

電話相談と面接相談（要予約）があります。

電話 (075) 708-7750

## 日常生活の相談

- ・まわりに母子家庭（父子家庭）の人がいない
- ・相談する人がいない・様々な問題をかかえている
- ・これからの生活の計画をたてたい
- ・自立に向けてアドバイスが欲しい

など、生活のこと、これからのこと、困りごとがあればひとりで悩まずまずご相談ください。

電話相談と面接相談（要予約）があります。

電話 (075) 708-7750

## ハローワークがあなたの就職をバックアップ！

### 自立支援プログラムの策定

- 「仕事の経験が少ない」「仕事探しは初めてだ」
- 「子どもとの生活に合わせた仕事を考えたい」
- 「資格を職業訓練などを利用して取得したい」

就労に不安のある母子家庭のお母さん、父子家庭のお父さんのお仕事探しをがっちりサポートするため、相談者おひとりおひとりの経験・生活状況・希望に応じた「自立支援プログラム」を策定します。ハローワークや 京都市ひとり親家庭支援センター内に設置された「福祉・就労支援コーナーゆめあす」と連携して就労を支援します。

まずは、京都市ひとり親家庭支援センターの自立支援プログラム策定員がご説明します。『就業の相談』をご予約ください。

### 福祉・就労支援コーナーゆめあす

センター内にあるハローワークコーナーです。お仕事の検索も出来ます。

対象：京都市在住の児童扶養手当受給中の方と、左京区在住の生活保護又は住宅手当受給中の方

利用できる日時：月・水・木金（ただし祝日・年末年始 12/28～1/4 休み）

詳しくは京都市ひとり親家庭支援センターゆめあすまでお電話で。

## mama\*cafe



母子家庭のお母さんの楽しい交流の場です。みんなで子育てや仕事のこと、傷ついたこと、悲しかったこと、今までのことや、これからのこと、同じ目線・同じ立場でお話しませんか？



対象：京都市にお住まいの母子家庭の母と子ども  
開催日時：8月12月を除く木曜日・水曜日の交互開催  
いずれも10:30～12:00

場所：京都市ひとり親家庭支援センター 保育室（和室）  
定員：12人（先着）電話にてご予約ください

参加費は無料です。お茶やお菓子をご用意してお待ちしています！

- 開催日 テーマ
- 4月18日 センターを探検しよう！（児童館も探検するよ）
  - 5月15日 ねえ聞いて！子育てと仕事の両立の悩み
  - 6月13日 私が孤独を感じる時・・・
  - 7月17日 リフレッシュ！mama\*cafe
  - 9月12日 つらい時こそ おやつパワー！
  - 10月16日 おおいに語ろう！TENUKI 料理♡
  - 11月14日 めざせ！成りたい私
  - 1月22日 京都市のひとり親家庭への福祉施策について
  - 2月13日 資格のお話しませんか？
  - 3月12日 センターを見学しよう（着物見学会含む）



## 京都市ひとり親家庭支援センターゆめあす

〒606-0846 京都市左京区下鴨北野々神町 26 番地

北山ふれあいセンター内

TEL/075-708-7750・FAX/075-708-7833

開館時間/10:00～18:00

定休日/火曜日・祝日・年末年始（12/28～1/4）

<http://yumeasu.com>

市バス4番・北8「野々神町」すぐ 地下鉄「北山」駅より東へ徒歩5分

