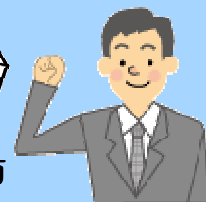


# 京都市ひとり親家庭支援センターゆめあす

## —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母子家庭の母\*・父子家庭の父及び寡婦の方**

\*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

- パソコン講習会・・・・・・・・・・・・・・・・P1
- 就職準備セミナー・・・・・・・・・・・・P2～3
  - ◎講座・セミナーの申込方法・・・・・・・・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について
- mama\*cafe (ママ・カフェ)・・・・・・・・P4

### 講習会・就職準備セミナーの託児について 託児を無料で行っています

対象：1才以上就学前（6才）まで。  
講習申込時に託児申込が必要です。

### 小学生以上のお子さんについて

- 土曜日の講習・・・併設の児童館をご利用ください。  
(葵児童館…電話075-708-7760)
- 日曜日の講習・・・託児室の利用ができます。講習申込時に『託児室  
利用願い』の注意書をよく読んでお申込ください。

## パソコン講習会のご案内

■はじめてパソコン■就業支援初級パソコン■パソコン会計ソフト入力講座 **NEW**

### ●就労のためのパソコン講習会です● \*申込方法は3ページです\*

- 受講料・・・全講座無料（要テキスト代）
- 定員・・・①②15名 ③10名（全講座応募多数の場合は抽選）
- 時間・・・①②③13：00～16：00

はじめてパソコン・初級パソコン  
は、年3回開いています。  
都合のよい時期を選んでね！

土曜講習と日曜講習があるよ！



### ①はじめてパソコン講座（9時間）

★ワード・エクセルの簡単な入力ができる事が目標です！  
【対象者】パソコン操作・マウス操作がはじめての方  
【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  
【テキスト代】500円

≪講座①②日程表≫

### ②就業支援パソコン初級講座（18時間）

★ワード・エクセルの初級レベルの技能習得が目標です！  
【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  
【講座内容】ワード・エクセルの初級（文書作成と印刷・表作成とデータ入力・関数の利用・グラフの作成・データベースの利用・差込印刷・ビジネス文書作成・メール送受信・インターネット閲覧）  
【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します。申込書と一緒に提出してください。

	①はじめてパソコン	②就業支援パソコン初級	申込期間
第1回土曜講習	5/31・6/7・6/14	6/21・6/28・7/5・7/12・7/19・7/26	5/1～5/21
第2回日曜講習	9/7・9/14・9/21	9/28・10/5・10/12・10/19・10/26・11/2	8/1～8/27
第3回土曜講習	1/24・1/31・2/7	2/14・2/21・2/28・3/7・3/14・3/28	12/1～1/15

### ③パソコン会計ソフト入力講座（9時間） **NEW**

★会計ソフトを利用しながら経理実務の入門レベルを習得しよう  
【対象者】簿記の知識（簿記3級程度、就職準備セミナーにて『簿記入門講座』受講済みの方）  
及びパソコン基本操作が可能な方  
【講座内容】会計ソフトの基本操作と経理実務の日常処理の基本  
【テキスト代】500円

就職準備セミナー（P3）  
に内容記載しています。

≪講座③日程表≫

開講日	8/15（金）・8/16（土）・8/17（日）
申込期間	7/1～8/4

会計ソフトの  
入力を学びます

### ■■■■よくある質問■■■■

- Q. 『はじめてパソコン講座』受講の後、続けて『就業支援パソコン初級講座』を受講したいのですが可能ですか？  
A. 可能です。基礎から初級まで続けて学ぶことができます。
- Q. 応募はいつでもできますか？  
A. 各講座受付期間を設けています。その期間内にお申込みください。
- Q. パソコン講座は何度でも受講できますか？  
A. 受講は各講座原則1度限りです。（パソコン初級パワーアップセミナー等）就職準備セミナーは、何度でも参加できます。ご活用ください。

### 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

#### ★パソコン講座の予習・復習を応援します★

講座開講時間の前後に、パソコンを使っていただけます。  
場 所：技能習得室（講座で使用するパソコン）  
※予習・復習の時間は託児を行っていません。ただし、講習30分前、講習30分後まで託児を行っています。

#### ★パソコン自習支援★

就職のためにパソコン練習や職務経歴書作成が必要な方、センター内でパソコンをお貸ししています。※予約が必要です。まずはお電話でお問い合わせください。

# 就職・転職・スキルアップに活用しよう！ 就職準備セミナーのご案内

転職の準備は、情報と計画が大切！あなたや、あなたの家族の状況を把握しながら、計画的に受講しましょう。  
『年間予定表』と『開講セミナーの詳細内容』を掲載しています。  
パソコン講習会（1ページ参照）と組み合わせての受講も可能です。  
全セミナー先着受付。いつでも申し込みができます。



会場：京都市ひとり親家庭支援センター  
受講料無料・託児あり（要申込み）  
各回定員に達し次第締め切り



## 2014年度就職準備セミナー年間予定表

回	開催日時	セミナー名
第1回	4月12日(土) 13:00~15:00	パソコン初級パワーアップセミナー①
第2回	4月19日(土) 10:30~12:30	<b>*春の集中就活対策セミナー*</b> ① <b>応募書類対策講座</b> NEW 採用に繋がる履歴書・職務経歴書
第3回	4月19日(土) 13:00~15:00	② <b>面接対策セミナー</b> 好印象について実習で分かりやすく解説
第4回	6月19日(木) 10:30~12:30	介護の資格取得と訪問介護について
第5回	7月2日(水) 10:30~12:30	障害者支援施設での就労について NEW
第6回	7月31日(木) 13:30~15:30	企業が求める人材とは
第7回	8月2日(土) 13:00~15:00	パソコン初級パワーアップセミナー②
第8回	8月9日(土) 10:30~16:30 (昼休憩あり)	簿記入門講座 NEW
第9回	9月18日(木) 10:30~12:30	デイサービスの仕事と介護資格 (車いす実習あり)
第10回	10月23日(木) 13:00~15:00	就職された方の事例から学ぼう
第11回	11月9日(日) 13:00~15:00	パソコン初級パワーアップセミナー③
第12回	11月16日(日) 10:30~12:30	<b>*秋の集中就活対策セミナー*</b> ① <b>ビジネスマナー講習(実習)</b> 身だしなみ・立居振舞・あいさつ
第13回	11月16日(日) 13:30~16:30	② <b>実践！面接対策セミナー</b> 好印象について実習で分かりやすく解説
第14回	2月22日(日) 13:00~15:00	社会保険知っとこ講座
第15回	2月26日(木) 13:00~15:00	ハローワークを活用しよう
特別開催*	3月22日(日) 13:00~15:45	経営センス養成講座 NEW —マイシヨップも夢じゃない！—
第16回	3月29日(日) 13:00~15:00	仕事と食生活管理の両立について (紙芝居タイムあり)

★表の色分けについて

- ・・・集中就活対策セミナー
- ・・・介護職に関するセミナー
- ・・・簿記・会計に関するセミナー
- ・・・就労と生活の両立支援に関するセミナー
- ・・・パソコンの実習をするセミナー
- ・・・ハローワークの機能と情報セミナー
- ・・・労働に関する知識のセミナー

就職準備セミナーは、何度でも参加できます。  
必要な時に、必要なセミナーを利用しよう！



### 集中就活対策セミナー



#### \*春の集中就活応援セミナー\*

講師：(株)LEC 東京リーガルマインド

①4月19日(土) 10:30~12:30

**応募書類対策講座(解決！あなたの疑問に答えます)**

今年度からはじまる新しいセミナーです。  
履歴書・職務経歴書についてしっかり学びます。  
はじめて取り組まれる方はもちろんのこと、書類選考を突破するために自分  
分をしっかりと書面でアピールできる方法を学びましょう！

②4月19日(土) 13:30~16:30

**面接対策セミナー(実習で自信をつける！)**

「仕事にブランクがあり面接がこわい・・・」  
「面接でいつも子どものことを聞かれ返事に戸惑う・・・」  
「正社員で働きたいという意欲をアピールしたい」  
そんなひとり親家庭のお母さん・お父さんの声からできたセミナーです。  
プロの授業と実習で、好印象でバッチリ！採用面接に自信をつけよう！

#### \*秋の集中就活応援セミナー\*

講師：(株)キャリア総研

①11月16日(日) 10:30~12:30

**ビジネスマナー講習(みんなでマナーを学ぶ！)**

仕事をする上で、求められる身だしなみ・マナーを学習します。  
立居振舞を基本から勉強・おさらいをし、言葉遣いも学びます。  
面接での好印象アップに役立ちます。  
日頃からこころがけることをおすすめします。

②11月16日(日) 13:30~16:30

**実践！面接対策セミナー(事前練習が効果あり！)**

午前中と合わせての受講がおススメ！午後だけの参加もOK！  
面接の成功は、面接はじめの好印象だけじゃない！面接時の質疑応答の際の  
返事の返し方も好印象で決めたい！その方法の1つが実際の面接に近い状態で  
練習することです。少人数・個別対応。チャレンジしましょう！



参加したいセミナーが見つければまず予約！  
セミナーは先着受付。計画を立てて活用を！

### パソコン実習でパワーアップしよう！

「パソコンに自信がない」「面接で具体的にパソコン技術をアピールしたい」「少しでも事務処理能力を高めた！」そんな悩みを解決！  
事務職希望の方はもちろん、他職種希望の方でも活用できる実習です。  
年3回開催。パソコンの初級レベルの方が対象です。

#### パソコン初級パワーアップセミナー①

4月12日(土) 13:00~15:00

**住所録作成と宛名印刷**

- ①名刺の情報を入力
- ②住所録作成とデータベース(並び替え・抽出 他)
- ③はがきに宛名を印刷しよう

2時間しっかり学習します。  
わいわい、楽しく学びませんか？

実務を体験！  
パワーアップしよう！



#### パソコン初級パワーアップセミナー②

8月2日(土) 13:00~15:00

**チラシと簡単な地図作成**

- ①クリップアートや図形を学ぶ
- ②ネットから画像を取り込もう！
- ③簡単な地図作成にチャレンジ！
- ④チラシを作成しよう

名刺印刷にも  
チャレンジします

パソコン講座と連動して  
良かったと好評です！  
ベ



#### パソコン初級パワーアップセミナー③

11月9日(日) 13:00~15:00

**エクセルでパワーアップ！**

- ①使いやすい表とは？
- ②エクセルとワードの使い分け
- ③連絡網など複雑な表の作り方
- ④様々な帳票を作成しよう



●7月31日(木) 13:30~15:30

**企業が求める人材とは**

求人票や職業訓練の内容から、企業が求める人材をハローワークの職員さんに、様々な情報をいただきながら考えます。

\*\*\*内容\*\*\*

1. ハローワークの機能について知ろう  
主な業務・サービス求職申込・求人検索・閲覧  
就職支援セミナーについて
2. 企業が求める人材とは  
求められている資格・スキル・人材について
3. 職業訓練について  
職業訓練と給付金・ひとり親家庭への支援  
訓練コースのご案内・説明

●10月23日(木) 13:00~15:00

**就職された方の事例から学ぼう**

ひとり親家庭のお父さん、お母さんが、どのように問題を解決しながら就職されたのか事例から学ぼう!

\*\*\*内容\*\*\*

1. 京都市の求人・求職状況について、状況を知ろう
2. ひとり親家庭の支援について  
『ひとり親家庭自立支援プログラム』について
3. 就職された方の採用に至るまでの経緯について  
事例から一緒に考えよう

ひとりで悩まないで!  
みんなで学ぼう、考えよう!



●2月26日(木) 13:00~15:00

**ハローワークを活用しよう**

雇用保険・職業訓練・求人票!知りたいたい事、分らない事あなたのハテナ?を解決しよう!

\*\*\*内容\*\*\*

1. ハローワークの紹介・機能について
2. 就職支援セミナーについて
3. 雇用保険について知っておこう  
雇用保険とは?  
加入する条件とは?  
失業した時の手続きのこと
4. 職業訓練について、来年度の最新情報!

自立の一步  
目標達成への  
一步をハロー  
ワークから!



**介護職の資格や仕事について知りたい!**

\*様々な介護の職場から情報を得よう!  
\*\*自分に合った働き方・仕事場を見つけよう!  
\*\*\*自分の資格を大切に、大切に、育てよう!

●6月19日(木) 10:30~12:30

**介護の資格と訪問介護について**

講師: 社会福祉法人 京都福祉サービス協会

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?資格はどうしたら取れる?ヘルパー2級と介護職員初任者研修の違いは?介護福祉士・ケアマネージャーって何?訪問介護ってどんな仕事?資格のことや介護職について、現場で働いている方のお話を交えながら聞いてみませんか?



●7月2日(水) 10:30~12:30

**障害者支援施設での就労について(施設見学あり)**

講師: 社会福祉法人 京都総合福祉協会

介護の資格を障害者の方への支援に活かしたい!でも、どのような資格が求められているの?まずは、知るところからはじめませんか?北山られあいセンター内の、京都総合福祉協会の施設見学も行います。ご参加お待ちしております!



★就職準備セミナーでは、お茶・コーヒーとお菓子を用意しています。仕事へ行く前、仕事帰りにお気軽にご参加ください。

★おいしいお茶やお菓子を囲んで、コミュニケーション力もアップ!

★センターのセミナーは短時間で密度が濃いとお好評です。(アンケートより)

★保育もおやつのお時間があります。アレルギーのあるお子さんは託児申込時に御相談ください。

●9月18日(木) 10:30~12:30

**デイサービスの仕事と介護資格(車イス実習あり)**

講師: 京都市社会福祉協議会 京都市左京老人デイサービスセンター施設長 坂本 健氏

老人デイサービスセンターでの仕事内容について、細かく具体的に施設長さんからお聞きします!仕事について、資格をしながら働き甲斐についても考えてみませんか?あなたの力を福祉に活かしてみませんか?大好評の車イス実習もあります。軽装でお越しください!



**簿記・会計の知識**

簿記を学んで、自信・仕事・信頼をGET!

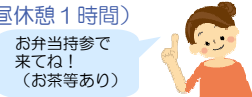
●8月9日(土) 10:30~16:30 (昼休憩1時間)

**簿記入門講座**

『簿記』について基本を知るセミナーです。経理事務を目指す方や、事務の仕事の幅を広げて就職に活かしたい方だけではなく、ビジネスの基本的な知識として身につけましょう!

\*\*\*内容\*\*\*

1. はじめに 簿記って何?
2. 簿記を学ぶことのメリット
3. 単式簿記と複式簿記・複式簿記の利点
4. 仕訳を覚えよう
5. まとめ



お弁当持参来てね!  
(お茶等あり)

午前中は簿記とは何なのか知って、午後は簿記の初歩知識と仕訳について学びます。



是非続けてご参加ください!

『パソコン会計ソフト入力講座』(P1参照)受講希望の場合、この簿記入門講座を受講するなど、仕訳に関する知識が必要です。

簿記知識は経営の基本です!

**パソコン会計ソフト入力講座と組み合わせてみよう!**

(8月15・16・17日)  
申込は7月1日~8月4日。応募多数の場合抽選になります。

是非続けてご参加ください!

**働く前に知っておきたい知識**

●平成27年2月22日(日) 13:00~15:00

**社会保険知っとこ講座**

健康保険や年金など種類も違いも意味もよくわからない...そんな声からできたセミナーです。年末調整や源泉徴収票のことも、しっかり知っておきましょう!定員15名  
※申込時に質問も受け付けています!可能な限り回答できるよう事前に講師に伝えます。

\*\*\*内容\*\*\*

1. 社会保険とは
2. 年末調整・源泉徴収票について
3. 雇用形態と保険  
短時間労働の場合
4. “扶養”と年齢など注意すべき点
5. 質疑応答



**仕事と生活の両立のために...**

ゆめあす1階育児室館遊戯室で行います

●平成27年3月29日(日) 13:00~15:00

**仕事と食生活管理の両立について**※紙芝居タイムあり

「晩御飯の時間が一番疲れてしまって...」  
「食事を作る時間の確保が困難」「家事の疲れが仕事に影響して、学校のことまで体がきつい」  
食事の管理は子どもの成長や生活リズムにまで影響を与えます。今の仕事を維持しながら、もっと働く時間を長くしたいという目標に向かいながら、両立をめざしましょう!親子で参加もOK!定員(親子)20名

\*\*\*内容\*\*\*

1. 栄養についての知識
2. バランスの良い食事
3. 簡単調理 試食タイム
4. おさらいクイズタイム
5. 食事と睡眠との関係
6. 仕事と生活の両立



**平成26年度 特別開催セミナー\***

※特別開催セミナーの内容は、前年度の社会情勢や就職状況、アンケート結果等から毎年決定!

**経営センス養成講座**

—マイジョブも夢じゃない—

『起業』について記事を読んだり、聞いたりしたことはありませんか?「お店をもちたいな」「仲間と会社をつくりたい」って、思ったことありませんか?夢を夢で終わらせない!まずは、経営を続けていくために必要なこのエッセンスや経営者として求められる姿勢と考え方を学ぶところからはじめませんか?

日時: 平成27年3月22日(日)  
13:00~15:45

講師: ㈱キャリア総研  
定員: 20名

\*\*\*内容\*\*\*

1. 『起業』という選択肢について
2. 起業し経営する上で知っておくべき事
3. 情報収集の仕方
4. まとめ

**■パソコン講習会申込方法■**

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またはFAXにてお送りください。応募締切日必着。

※申込書は申込期間内にセンターまでご請求ください。郵送またはFAXにて送ります。申込期間にホームページからダウンロードも可能です。http://yumeasu.com

**■就職準備セミナー申込方法■**

参加セミナー名・氏名・電話番号・託児の必要な方は子の名前と年齢を明記の上、電話・FAXで京都市ひとり親家庭支援センターまで開講前日までの開館時間内にお申し込みください。先着受付(定員あり)。

京都市ひとり親家庭支援センター ゆめあす  
休館日: 火・祝日 開館時間 10:00~18:00  
TEL 075-708-7750 FAX 075-708-7833

# 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
7日 (月)	10日 (土)	2日 (月)	7日 (月)	4日 (月)	1日 (月)	6日 (月)	10日 (月)	6日 (土)	—	2日 (月)	2日 (月)
21日 (月)	24日 (土)	16日 (月)	28日 (月)	18日 (月)	22日 (月)	20日 (月)	17日 (月)	20日 (土)	19日 (月)	16日 (月)	16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 1人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。

「パートの方が時間的には良いが金銭的に不安だ。」  
「子どもの成長に合わせて転職を考えたいが注意点は？」  
「資格を取りたい。職業訓練などについて知りたい。」  
「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。

場 所：京都市ひとり親家庭支援センターゆめあす2階  
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  
又は住宅支援給付受給中の方

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17日(木)	センターと児童館を探検しよう
5月14日(水)	ねえ聞いて！子育てと仕事の両立の悩み
6月12日(木)	私が孤独を感じる時・・・
7月16日(水)	コーヒー・紅茶で気分転換！
9月11日(木)	つらい時こそ おやつパワー!!
10月15日(水)	おいに語ろう！TENUKI料理♡
11月13日(木)	めざせ！成りたい私
1月21日(水)	京都市のひとり親家庭への福祉施策について
2月19日(木)	資格のお話しませんか？
3月18日(水)	センターを見学しよう（着物見学含む）

## 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・北8系統「野々神町」すぐ 地下鉄「北山」駅より東へ徒歩5分

