



マイシヨップも夢じゃない！

経営センス養成講座

ひとり親家庭のお父さん、お母さん！

『起業』について記事を読んだり人から聞いたりしたことはありませんか？

「お店を持ちたいな」「仲間と会社をつくりたい！」って思ったことはありませんか？

『起業』『経営』と聞いてまず思いつくのが『資金』。そして次に『立地』『情報』・・・と続くのではないのでしょうか？でも・・・

ちょっと、そのまえに・・・現実的な課題や know-how だけに目を向けるのではなく、『起業』『経営』に感心をもつ自分にむきあってみませんか？なぜ『起業』という言葉が心に残るのか、『経営』を、現実のものとしてとらえるには、自分に何が必要なのか・・・経営のセンスがあるのか？

でも・・・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？

あなたの力強い味方は あなた自身です！

開催日時： 平成27年3月22日（日）

13:00～15:45

講師：（株）キャリア総研 小野 圭子氏

会場：京都市ひとり親家庭支援センター

定員：先着20名



申込方法

電話・FAXでお申し込みください。
（講座名・氏名・電話番号・託児が
必要な場合は子どもの氏名年齢）

☆☆☆セミナー内容（予定）☆☆☆

はじめに・・・講師紹介・講座概要等

I. 『起業』という選択肢について

II. 起業し経営する前に知っておくべき事

III. 情報収集の仕方

まとめ・・・質疑応答

参加
無料

2014年度 就業・自立支援センター事業 就職準備セミナー



ひとり親家庭のお父さん・お母さんの就職を応援!

就活スタートセミナー



対象：京都市にお住まいのひとり親家庭の父・母*及び寡婦

*別居などで離婚の実態が失われている方、DVなどやむをえない事情により今の届け出がなされていない方を含む。
(寡婦=かつて母子家庭の母であった方で子が成人後現在も配偶者のいない方)

開催場所：京都市ひとり親家庭支援センター ゆめあす ※駐車場はありません(自転車・バイク可)

申込み方法：電話でお申し込み下さい(先着受付) TEL075-708-7750

託児について：1歳以上就学前まで(申込時に受付) 定員に達し次第締め切り



2/22
(日) 午後

保険・年金これだけは知っておこう!
今回は、質問の多い
『源泉徴収票』『年末調整』
について解説あり!

社会保険・年金 知っとこ講座

国民健康保険・健康保険・共済組合・国民年金・厚生年金。聞いたことあって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。就職する前に是非知っていただきたい知識です。

時間：13:00~15:00 (2時間)

定員：15名

講師：社会保険労務士 北川 葉子氏

託児無料

★★★ セミナーの内容(予定) ★★★

- はじめに
- 社会保険と年金
社会保険の内容について
- 国保との違い
- 病気のけがをした時・・・
- 知っておこう!
源泉徴収票の見方
年末調整について
- 労働時間と社会保険
- おわりに
(セミナー終了後、個別に相談に応じます)

就職に役立つ資料を用意しています。しっかり読んで就職に備えましょう。現在仕事をしている方にも是非知っていただきたい内容です。



社会保険って安心して働ける強い味方なんだ~

2/26
(木) 午後

雇用保険・職業訓練・求人票!
知りたいこと、分からないこと
あなたのハテナ?を解決しよう!!

ハローワークを 活用しよう!

面接など就職対策に就職支援セミナー、スキルアップに職業訓練、もしもの時の雇用保険。知っているようで知らないハローワークの機能やサポートについて解説していただきます。

時間：13:00~15:00 (2時間)

定員：15名

講師：ハローワーク西陣

託児無料

★★★ セミナーの内容(予定) ★★★

私就職活動のこともわかってきた! 雇用保険のこともわかってきた! 求人票の見方もわかってきた! スター! だ! だ! だ! だ! だ!

様々な悩みも解決出来そう!



- はじめに
- ハローワークの紹介
- ハローワークの機能について
- 就職支援セミナーについて
- 雇用保険について知っておこう
- 職業訓練の内容について
- 仕事を探すときのポイント
求人票の見方を極める!
求人状況・自己分析!
履歴書・職務経歴書
- おわりに

セミナーは お茶・おやつを用意! 仕事帰りにも参加してね!



3/29
(日) 午後

「労働時間が長く疲れてしまい調理がおっくう」「同じメニューをくりかえしてしまう」「スポーツ活動を栄養で応援したい」「栄養ってどうやればバランスよくとれるのかな?」「朝ごはんって めんどくさくて・・・」
子どもの健康管理は 働く親にとって一番気になること。一緒に考えましょう!

かみしばい
紙芝居タイムあり!

仕事と食生活管理の両立について



★★★セミナーの内容(予定) ★★★

- はじめに
- 紙芝居①
- 栄養について
- バランスの良い食事
- みんなでおやつ試食!
- 紙芝居②
- 三食しっかり食べよう
- 食事と睡眠との関係
- 仕事と生活の両立
- おわりに

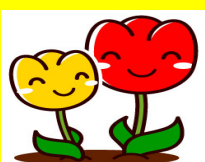
親子で参加できます!
一緒におやつを食べようね!

時間：13:00~15:00

定員：20名(親子含む)

講師：管理栄養士 中川 敏子氏

今回は安全なスライサーで
電子レンジを使った料理に挑戦!
楽しいクイズもあるよ!



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
電話 075-708-7750 FAX 075-708-7833
【開館時間】10:00~18:00 【休館日】火曜・祝日

ヘビーバギーなど乳幼児のお子さんがいらっしゃる方は、『松ヶ崎』駅下車 エレベーター利用が便利です。