

## 女性弁護士による無料法律相談

離婚・調停・公正証書・親権・養育費・親子交流(面会交流)・慰謝料など法律に関する問題や、生活上の諸問題の解決に向け、女性の弁護士が助言を行います。ひとりで抱え込まずにご相談ください。

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
6日 (月)	9日 (土)	1日 (月)	6日 (月)	3日 (月)	7日 (月)	5日 (月)	2日 (月)	5日 (土)		1日 (月)	1日 (月)
20日 (月)	23日 (土)	15日 (月)	27日 (月)	17日 (月)	28日 (月)	19日 (月)	16日 (月)	19日 (土)	18日 (月)	15日 (月)	15日 (月)

相談時間:午後1時~3時 一人30分

申込方法:前日までにお電話(TEL 075-708-7750)でお申込みください。先着順

## mama\*café・papa\*café ひとり親の交流ひろば

日程	テーマ
4月8日 (水)	セルフタッチングとお絵かき (mama*)
5月20日 (水)	小児科医さんと一緒に話そう (mama*papa*)
6月10日 (水)	先輩ママのお話 (mama*)
9月9日 (水)	食育のお話 (mama*papa*)
2月	パパカフェ (papa*)
3月10日 (水)	子育ての視点をかえるお話 (mama*papa*)

- ママカフェ 10時30分~12時00分  
初めての方でも大丈夫!  
テーマにそってみんなで楽しく話しましょう。  
4月8日(水)、6月10日(水)
  - ママ・パパカフェ 10時30分~12時00分  
ひとり親のママさん・ひとり親のパパさん一緒に話しましょう!  
5月20日(水)、9月9日(水)、3月10日(水)
  - パパカフェ  
2月の週末に開催予定
- 申込方法: 申込フォームまたは電話でお申込みください。  
(TEL 075-708-7750)

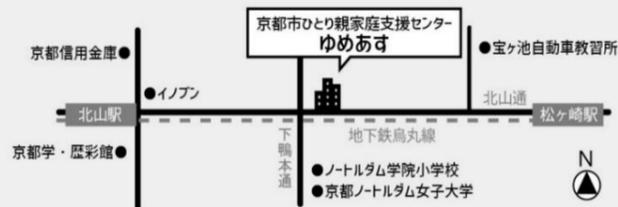


## ハローワーク巡回相談

ハローワーク就職支援ナビゲーターとゆめあすがあなたの就職をサポートします。仕事の経験が少ない、育児との両立ができる仕事とは、パートから正社員への転職などのお悩みにきめ細やかにサポートします。申込方法:事前にお電話(TEL 075-708-7750)でお申込みください。

対象:児童扶養手当受給中の方  
開催日時:毎週木曜日(センター休館日除く)  
①10時10分 ②11時 ③13時 ④14時 一人約45分 予約制

対象:離婚前の方、ひとり親で児童扶養手当を受給していない方  
開催日時:応相談(センター休館日除く) 一人約45分 予約制



### 交通機関について

ゆめあすには専用駐車場がございません。公共交通機関をご利用いただけますようお願いいたします。お車でのご越しの場合は近隣の時間貸駐車場のご利用をお願いしております。

市バス4・北8系統「野々神町」すぐ 地下鉄「北山」「松ヶ崎」駅より徒歩5分

京都市ひとり親家庭支援センターゆめあす  
TEL/075-708-7750

〒606-0846 京都市左京区下鴨北野々神町 26 番地  
開館時間/10:00~18:00 定休日/火曜日・祝日  
https://yumeasu.com  
E-mail:k.boshi@sirius.ocn.ne.jp



# 令和8年度 就労支援講座・セミナーのご案内

## 京都市ひとり親家庭支援センターゆめあす

ゆめあす(京都市ひとり親家庭支援センター)では、母子家庭のお母さん、父子家庭のお父さん、寡婦の方を対象に、お仕事に関する様々な支援を行っています。就職や仕事に役立つ講座やセミナーを通して、ひとり親家庭の方の就労や自立を応援します。

※京都市在住で離婚予定のある方については、ゆめあすまでお電話にてお問合せください。(お申込みの際に必要書類のご提示をお願いする場合がございます。)

### はじめてパソコン講座

定員:15名(応募多数の場合抽選)  
時間:13時~16時  
受講料:無料  
テキスト代:550円  
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・インターネット・メール操作)  
対象:パソコンに触るのは初めての方、基本操作に自信がない方

### ワード・エクセル初級講座

定員:15名(応募多数の場合抽選)  
時間:13時~16時  
受講料:無料  
テキスト代:1,100円  
内容:Word/Excelの基本操作  
(ファイル操作・ビジネス文書作成・表の挿入・編集・画像図形・印刷・関数・グラフ・データベース機能)  
対象:はじめてパソコン講座修了者、または同レベルの方

※過去にパソコン講座(はじめてパソコン講座、ワード・エクセル初級講座)を受講された方は、原則重ねてのご受講は出来ませんのでご了承ください。  
※感染症等の状況により、開催を中止又は延期、減員する場合がございます。

	はじめてパソコン		ワード・エクセル初級							申込期間
	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	
第1回講習(日曜)	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	4月1日~4月20日
第2回講習(土曜)	8/29	9/5	9/12	9/19	9/26	10/3	10/10	10/17	10/24	7月1日~8月7日
第3回講習(土曜)	1/16	1/23	1/30	2/6	2/13	2/20	2/27	3/6	3/13	12月1日~12月21日

### 講座・セミナー共通申込方法:

申込期間中に申込フォームよりお申込みください。(お電話でのお申込みも可能です。)

締切日後、1週間程度でメールにて結果をお知らせします。

### 無料託児をご利用ください。(要事前申込)

1歳~就学前のお子さま:  
保育室にて保育士が保育します。  
小学生以上のお子さま:  
土曜日...併設の児童館をご利用ください。  
(葵児童館 TEL 075-708-7760)  
日曜日...保育室の利用ができます。

# ひとり親のための就労に役立つセミナー

セミナー名	開講日	時間	申込期間
生成AIの活用術	6月20日(土)	10:30~12:30	5月1日~5月31日
ITパスポートポイント解説講座	6月20日(土)	13:30~15:30	5月1日~5月31日
ひとり親家庭のための 暮らしとお金のセミナー	9月13日(日)	13:30~15:30	8月1日~8月31日
簿記入門講座	10月4日(日)	10:30~16:30	9月1日~9月24日
日商簿記3級体験講座	10月11日(日)	10:30~16:30	9月1日~9月24日
日商簿記3級体験講座	10月18日(日)	10:30~16:30	9月1日~9月24日
事務処理UPポイントセミナー ①Word	12月13日(日)	10:30~12:30	11月1日~11月25日
事務処理UPポイントセミナー ②Excel	12月13日(日)	13:30~16:30	11月1日~11月25日
キャリアを考えるための 自己理解整理ワーク	令和9年1月24日(日)	13:30~15:30	12月1日~12月23日
仕事に役立つExcel講座 ①IF関数で条件処理	令和9年3月20日(土)	10:30~12:30	令和9年 2月1日~3月5日
仕事に役立つExcel講座 ②VLOOKUP関数	令和9年3月20日(土)	13:30~15:30	令和9年 2月1日~3月5日

※各セミナーの詳細は次ページをご覧ください。

※感染症等の状況により、開催を中止又は延期、減員する場合がございます。

## 6月 生成AIの活用術

初心者の方でも安心して学べるよう、基本操作から実務で役立つ活用テクニックまでを学びます。

日 時 6月20日(土) 10:30~12:30  
講 師 株式会社キャリア総研 上野雅成氏  
定 員 30名 ※応募多数の場合抽選  
申込期間 5月1日~5月31日 17時まで

## 6月 ITパスポートポイント解説講座

業種を問わず必要とされる「ITの基礎知識」を幅広く学べる国家資格のITパスポート試験について、初めてITを学ぶ方でも無理なく理解できるよう、重要ポイントをやさしく解説します。

日 時 6月20日(土) 13:30~15:30  
講 師 株式会社キャリア総研 石通 栄氏  
定 員 30名 ※応募多数の場合抽選  
申込期間 5月1日~5月31日 17時まで

## 9月 ひとり親家庭のための暮らしとお金のセミナー

ひとり親家庭が直面するお金の悩みを整理し、実践的なマネープランの立て方をわかりやすくお伝えします。

日 時 9月13日(日) 13:30~15:30  
講 師 えふび〜癒し庵・秋口税理士事務所 代表 秋口千佳氏  
定 員 30名 ※応募多数の場合抽選  
申込期間 8月1日~8月31日 17時まで

## 10月 簿記入門講座

帳簿のつけ方、仕訳の基本、貸借の考え方など、簿記の基礎を丁寧に解説します。簿記をゼロから学びたい方、仕事に活かしたい方、資格取得を目指す方、家計管理や事業の数字を理解したい方向けの講座です。

日 時 10月4日(日) 10:30~16:30(昼休憩1時間あり)  
講 師 タクスリー社労士事務所 社会保険労務士 山田福輪氏  
定 員 30名 ※応募多数の場合抽選  
テキスト代 2,200円  
申込期間 9月1日~9月24日 17時まで

## 10月 日商簿記3級体験講座

実務にも役立つ内容を解説します。実際の試験形式に沿った演習問題を使用し、試験合格に向けて実践的に学びます。  
※簿記の知識がある方、もしくはゆめあすの簿記入門講座を受講した方が対象。

日 時 10月11日(日) 10:30~16:30(昼休憩1時間あり)  
10月18日(日) 10:30~16:30(昼休憩1時間あり)  
講 師 タクスリー社労士事務所 社会保険労務士 山田福輪氏  
定 員 30名 ※応募多数の場合抽選  
テキスト代 2,200円(簿記入門講座と同テキストを使用)  
申込期間 9月1日~9月24日 17時まで

## 12月 事務処理UP↑ポイントセミナー

日商PC検定3級の内容に沿って、実務的なPCスキルを学びます。

日 時 12月13日(日) ①Word 10:30~12:30  
②Excel 13:30~16:30  
講 師 株式会社キャリア総研 籠本博紀氏  
定 員 各15名 ※応募多数の場合抽選  
申込期間 11月1日~11月25日 17時まで

## 1月 キャリアを考えるための自己理解整理ワーク

子育てと仕事の両立や働き方を考えるために、ライフラインチャートなどの自己理解ツールを用いて、自身の経験や現在の状況を整理します。整理した内容は、自分自身の状態や傾向を把握するための「私の取扱説明書」のようなシートとしてまとめ、日常生活の中で見返して活用できる形にします。

日 時 令和9年1月24日(日) 13:30~15:30  
講 師 キャリアコンサルタント 東山恵子氏  
定 員 30名 ※応募多数の場合抽選  
申込期間 令和8年12月1日~12月23日 17時まで

## 3月 仕事に役立つExcel講座

苦手意識が強いExcelの集中講座。Excelのスキルアップで就職やキャリアアップにつなげましょう。ゆめあすのパソコン初級講座修了者または同レベルの方対象。

①IF関数で条件処理:  
複数条件を使いこなして仕事の効率化をめざしましょう。  
②VLOOKUP関数:  
元になる表を検索して、その中から合致するデータを転記します。

日 時 令和9年3月20日(土) ①IF関数で条件処理 10:30~12:30  
②VLOOKUP関数 13:30~15:30  
講 師 株式会社キャリア総研 西山由希子氏  
定 員 各15名 ※応募多数の場合抽選  
申込期間 令和9年2月1日~3月5日 17時まで