

若者のための働くことが楽しくなるワークショップ

Online  
オンラインで

# はたらくゼミ

働くなら「楽しく」、長く働きたい、そんなふうに思ったことはありませんか？  
仕事とうまく付き合っていくための「コツ」をグループで一緒に学びましょう。  
働いているあなた、そして、就職活動中のあなたも大歓迎！

職場でも  
テレワークでも

オンライン  
セミナーで  
一緒に  
学んでみよう！



## オンライン時代の ストレスどーする？

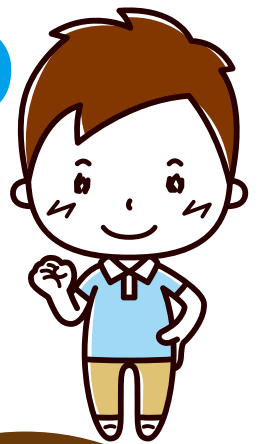
ストレスと上手に付き合い、  
心身のバランスを取るために、  
自分にぴったりのメンテナンス法、  
セルフワークを体験的に学ぼう！

3日間  
コース 2月13日・20日・27日  
14:00~16:00

## 仕事で信頼される 3つのポイントって何？

上司から怒られなくなるだけでなく、  
仕事を任されて信頼されるようになる  
たった3つのポイントを知ろう！

3日間  
コース 3月14日・21日・28日  
14:00~16:00



オンライン初心者で  
不安な方をご相談ください！

受講料

¥0

対象 15歳~39歳の若者

定員 各ゼミ12名(先着順)

## 大阪市若者自立支援事業 コネクションズおおさか

火~土曜日(祝日・年末年始を除く) 10:30~18:30(来所での受付は18:00まで)  
ただし、第1・3金曜日は、10:30~20:30(来所での受付は20:00まで)

<http://www.connections-osaka.com>

はたらくゼミ

検索

TEL 06-6344-2660

LINE@

▶LINE公式アカウント  
コネクションズおおさかに  
友達登録して  
セミナー情報をゲット！



申し込みの方法は裏面へ

※「コネクションズおおさか」は、働くことに自信が持てない若者を応援する機関です。

主催：大阪市 実施団体：認定特定非営利活動法人育て上げネット

# menu 講座メニュー

1



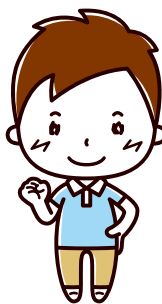
## ストレス社会を歩み続けるために オンライン時代のセルフワークのコツ

講師●岡村 心平 神戸学院大学心理学部講師・公認心理師・臨床心理士

「リモートワークの連続でつらい」「コロナ禍で将来の見通しが立たず不安」...  
めまぐるしい状況の変化の中で、私たちは日々、悩みやストレスにさらされています。  
ストレスと上手に付き合い、心身のバランスを取るために、  
ご自身にぴったりのメンテナンス法、セルフワークを体験的に学んでいきましょう。

3日間コース 2月13日・20日・27日 土 14:00~16:00

2



## 怒られる心配、もう不要! 仕事を任せられ、ほめられ、信頼される 3つのシンプルなビジネスマナー

講師●森田 秀司 キャリアコンサルタント

「マナーを知らずに叱られる」「電話対応が怖い」「時間内に作業が終わらず怒られる」  
怒られて自信を無くし、仕事が続かなくなりそう...こんな悩み、ありませんか?  
上司から怒られなくなるだけでなく、仕事を任されて信頼されるようになる方法は、  
たった3つ。《敬語》《報・連・相》《タイムマネジメント》のシンプルなビジネスマナーを、  
使えるようになります!

3日間コース 3月14日・21日・28日 日 14:00~16:00

定員 先着12名 定員を超えた場合はお断りする場合がございます。

### → Webで申し込む

右のQRコードよりアクセスしてお申し込みください。



### → 電話で申し込む TEL 06-6344-2660

下記の必須事項の内容をお伝えください。

- ①希望するゼミ名
- ②名前(ふりがな)
- ③年齢
- ④お住まいの市名(例:大阪市北区)
- ⑤電話番号(携帯等、連絡が取りやすい番号)
- ⑥メールアドレス
- ⑦現在働いているかどうか

### ご注意ください!!

- オンラインセミナーにつき、ネット環境(wifiやスマホの無制限契約推奨)、パソコンやタブレット(スマホ)が必要です。
- Zoomアプリを使います(アプリのインストールが必要です)。
- ゼミ開催日の1週間~3日前までに、招待メールをご指定のメールアドレスにお送りいたします。当日開催時間になりましたら、メール文面中記載のID・パスワードを入力して、参加してください。

セミナー中の禁止事項を守ってご参加ください(お申し込みの方に別途お伝えします)。

