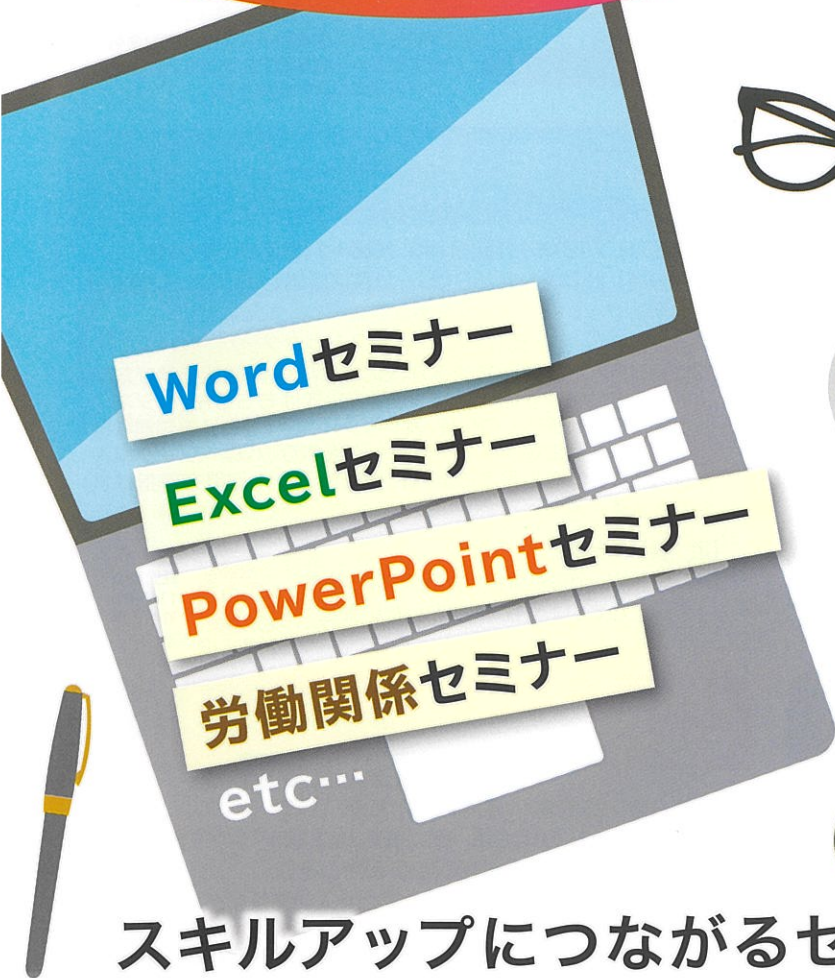


あなたの“働く”を応援

YELL

エール

TAKE FREE
2023
11・12月号
vol.9



スキルアップにつながるセミナー、
申込受付中!!

詳しくは
中・裏面で
チェック!

沖縄県女性就業・労働相談センター

◎ 沖縄県商工労働部 労働政策課委託業務

**働く女性
応援事業**

● 電話相談専用フリーダイヤル
0120-633-993
月～金 9:00～17:00
土・日・祝日は休み

● 対面相談・セミナーのお申込み
098-863-1788
月～金 9:00～17:00 土・日・祝日は休み
対面相談は 9:00～16:00 まで(要予約)

**労働相談
事業**
男性も
OK!

● 電話相談専用フリーダイヤル
0120-610-223
月～金 9:00～17:00
土・日・祝日は休み

● 対面相談・セミナーのお申込み
098-941-4750
月～金 9:00～17:00 土・日・祝日は休み
対面相談は 9:00～16:00 まで(要予約)



WEBサイト LINE X(旧Twitter) Instagram Facebook

〒900-0021 那覇市泉崎1丁目20番1号 カフーナ旭橋A街区6階グッジョブセンターおきなわ内
(アクセス方法) モノレール旭橋駅・那覇バスターミナルより直結 ※駐車料金は有料です。公共交通機関のご利用をおすすめします。

OWLCC 検索

働く女性応援事業 仕事をしている女性、仕事をしたい女性を応援します！

ご利用案内

- 個別相談・各セミナーへの参加は事前に予約が必要です。(キャンセルの場合、早めにご連絡ください。)
- 対面相談・センター内セミナーへの参加はグッジョブセンターおきなわの利用者登録が必要です。

個別相談(要予約)

求職活動実績対象

「どんな働き方が合うのかわからない」「今の仕事を続けていけるか自信がない」「転職しようか悩んでいる」など、働く上でのお悩みを専門相談員と一緒に考えていきます。遠方の方は電話相談専用フリーダイヤルもございます。(0120-633-993)お気軽にまずはご相談ください。

女性のキャリアアップセミナー

求職活動実績対象セミナー

※PCセミナーの事前テストは実績対象外です。
※PCセミナーは事前テスト、もしくは開催日の1ヶ月前から受付開始です。

第33回

「まずはここから始めよう！ 初心者向けExcelセミナー」

【講座日時】 2023年11月1日(水) 10時～16時(昼休憩1時間)
【場 所】 グッジョブセンターおきなわ PC研修室
【講 師】 吉岡 龍一 氏(パソコンインストラクター)
【内 容】 Excelを使ったことがない方や少し使ったことはあるけど、名前や住所入力程度、表やグラフの作成はできない等、初心者の方向けのExcelセミナーです。1日で表計算・グラフの作成などを学びます。どんな仕事にも必須のExcelをこの機会に学んでみませんか？
【定 員】 8名程度
【対 象】 仕事をしている女性・仕事をしたい女性
PCの操作方法が分かる方

託児あり
託児締切
10/25(水)
※要事前予約

第34回

「3日で上げよう！私の働く力 ～Word実践編～」

【事前選考テスト】 2023年11月8日(水) 10時～11時30分(要予約)
【講座日時】 2023年11月15日(水)～11月17日(金) 9時30分～12時30分
【場 所】 グッジョブセンターおきなわ PC研修室
【講 師】 吉岡 龍一 氏(パソコンインストラクター)
【内 容】 自己流で使っている方、もっとWordの機能を学びたい方におすすめ！Wordの基本操作はもちろん、ビジネス文書やチラシの作成、表や写真の挿入、差し込み印刷など作業効率を上げるテクニックを学び、ハローワーク求人票Cレベル程度の実践に役立つスキル習得を目指します。

【定 員】 8名程度
【対 象】 Wordの基本操作が可能な、仕事をしている女性・仕事をしたい女性

託児あり
託児締切
11/1(水)
※要事前予約

第35回

「3日で上げよう！私の働く力 ～Excel実践編～」

【事前選考テスト】 2023年11月8日(水) 13時30分～15時(要予約)
【講座日時】 2023年11月15日(水)～11月17日(金) 13時30分～16時30分
【場 所】 グッジョブセンターおきなわ PC研修室
【講 師】 吉岡 龍一 氏(パソコンインストラクター)
【内 容】 自己流で操作に自信がない方、Excelのもっと効率を上げる機能を学びたい方におすすめ！Excelの基本操作から表やグラフの作成、データの並べ替えや基本的な関数を学びハローワーク求人票B～C程度の実践に役立つスキルの習得を目指します。
【定 員】 8名程度
【対 象】 Excelの基本操作が可能な、仕事をしている女性・仕事をしたい女性

託児あり
託児締切
11/1(水)
※要事前予約

第36回 「マインドフルネスでストレスマネジメント」

宮古島市後援

【講座日時】 2023年11月22日(水) 10時～12時
【場 所】 JTAドーム宮古島 第2会議室(宮古島市平良字下里2511-35)
【講 師】 山本 雅子 氏(公認心理師・臨床心理士)
【内 容】 仕事や家庭、生活環境の変化や人間関係など、さまざまなストレス要因にさらされて、気づかないうちにストレスを溜めていませんか？ストレスは心身の健康に悪影響を及ぼすだけでなく、仕事のパフォーマンスや人間関係にも影響を与えることもあります。マインドフルネスを活用したストレスマネジメントについて学び実践することで、ストレスにうまく対処できるチカラを身につけます。

【定 員】 20名程度
【対 象】 仕事をしている女性・仕事をしたい女性

託児あり
託児締切
11/10(金)
※要事前予約

第37回 & 第38回

「3日で上げよう！私の働く力～PowerPoint編～」

【内 容】 プレゼンやデザイン文書の作成などさまざまな場面で応用できるPowerPointについて、基本操作から、文字やイラスト・写真の編集、アニメーションの効果的な付け方、プレゼンとは何かを学び、実際にプレゼン資料を作成、発表までを行い、PowerPointのスキルを身につけます。

午前
の部

【事前選考テスト】 2023年11月29日(水)
10時～11時30分(要予約)

【講座日時】 2023年12月6日(水)～12月8日(金)
9時30分～12時30分

第37回

【場 所】 グッジョブセンターおきなわ PC研修室
【講 師】 吉岡 龍一 氏(パソコンインストラクター)

【定 員】 6名程度

【対 象】 タイピング入力・PCの基本操作が可能な
仕事をしている女性・仕事をしたい女性

午後
の部

【事前選考テスト】 2023年11月29日(水)
13時30分～15時(要予約)

【講座日時】 2023年12月6日(水)～12月8日(金)
13時30分～16時30分

第38回

託児あり
託児締切
11/22(水)
※要事前予約

第39回

在職者限定 「Excelレベルアップ講座<中級編>」

【講座日時】 2023年12月9日(土)・12月23日(土)
10時30分～16時30分(昼休憩1時間)

【場 所】 グッジョブセンターおきなわ PC研修室
【講 師】 吉岡 龍一 氏(パソコンインストラクター)

【内 容】 関数の知識をレベルアップしてExcelの効率アップを図りたい在職中の方限定セミナー！データの並べ替えやフィルター機能、入力規則はもちろん、さまざまな関数(IF・VLOOKUP・COUNTA・COUNTIF・SUMIF等)やピボットテーブル等のスキルを身につけ業務効率アップを目指します。日常業務でつまづいているExcel操作解決してみませんか？

【定 員】 8名程度

【対 象】 在職中のExcelの基本操作・基本関数を使用できる女性

※このセミナーは求職活動実績対象外です

託児あり
託児締切
12/1(金)
※要事前予約

第40回

「まずはここから始めよう！ 初心者向けExcelセミナー」

【講座日時】 2023年12月12日(火) 10時～16時(昼休憩1時間)

【場 所】 グッジョブセンターおきなわ PC研修室
【講 師】 吉岡 龍一 氏(パソコンインストラクター)

【内 容】 Excelを使ったことがない方や少し使ったことはあるけど、名前や住所入力程度、表やグラフの作成はできない等、初心者の方向けのExcelセミナーです。1日で表計算・グラフの作成などを学びます。どんな仕事にも必須のExcelをこの機会に学んでみませんか？

【定 員】 8名程度

【対 象】 仕事をしている女性・仕事をしたい女性
PCの操作方法が分かる方

託児あり
託児締切
12/5(火)
※要事前予約

第41回

「女性ホルモンと上手に付き合う こころ・カラダのセルフケア」

石垣市後援

【講座日時】 2023年12月15日(金) 10時～12時

【場 所】 大濱信泉記念館 多目的ホール(石垣市登野城2-70)
【講 師】 千葉 千尋 氏(看護師・保健師・ヨガインストラクター)

【内 容】 自分を大切にすることは、自分のこころと身体をよく知ることからはじまります。女性ホルモンがこころと身体に及ぼす影響とその予防・対策を知ること、さまざまな変化の波と上手に付き合っていくことができます。正しい知識と自分でできるセルフケアで自分らしく働き続けられるためのヒントをお伝えします。

【定 員】 20名程度

【対 象】 仕事をしている女性・仕事をしたい女性

託児あり
託児締切
12/1(金)
※要事前予約

第42回
第43回

「Googleの便利なツールを 使ってみよう！」

【講座日時】 (第42回)2023年12月20日(水) 9時30分～12時30分
(第43回)2023年12月20日(水) 13時30分～16時30分

【場 所】 グッジョブセンターおきなわ PC研修室
【講 師】 吉岡 龍一 氏(パソコンインストラクター)

【内 容】 検索エンジンで有名なGoogleは、検索やGmailだけではなく、スプレッドシートやGoogleカレンダーなどさまざまな便利なツールを提供しており、ビジネスに便利なツールも豊富にそろっています。Googleツールにはどんな種類があるのか？何が出来るのか？おすすめのツールを使ってみませんか？

【定 員】 6名程度

【対 象】 仕事をしている女性・仕事をしたい女性
Googleアカウントをお持ちの方

託児あり
託児締切
12/13(水)
※要事前予約

女性が働き続けられる職場づくり支援プログラム

参加企業募集中

「事例発表会&交流会」

平成29年度からこれまでに支援プログラムの企業支援を実施した企業や講座に参加された企業の方、職場環境改善に取り組みたい企業・事業所の方々を対象に事例発表会&交流会を開催します！他社の取り組みを参考にしたい、意見交換したいなど職場づくりに関心のある管理職や人事担当者などのご参加をお待ちしています。

詳しくはHPをご確認ください

OWLCC

検索

日 時：2023年11月14日(火) 13:30～16:30

場 所：沖縄産業支援センター 中ホール(那覇市小祿1831-1)

対 象：支援プログラム実施事業所、興味関心のある企業・事業所の方

定 員：40名

内 容：●事例発表会 1. 株式会社 IMI CORPORATION 2. 沖縄 UDS 株式会社

●講 話 「女性活躍推進～女性のキャリア形成～」 講師：當銘 裕美 氏

●交 流 会 「グループディスカッション」 ファシリテーター：青山 喜佐子 氏

お申し込みは
こちら →



労働関係セミナー

求職活動実績対象セミナー

「安心できる社会保障の仕組みと年金の重要性」

宮古島市後援

【日 時】 2023年11月22日(水)
13時30分～15時30分(セミナー) 15時30分～16時30分(個別相談)
【場 所】 JTAドーム宮古島 第2会議室(宮古島市平良字下里2511-35)
【講 師】 水澤 孝一 氏(特定社会保険労務士)
【内 容】 自分自身や家族の体調不良による突然の退職や退職など、働く環境の変化は突然訪れます。そのような場合でも安心して生活するために、健康保険、雇用保険などの社会保障や年金について学んでみませんか？ セミナー終了後には個別相談会(要予約)も実施します。
【定 員】 20名程度
【対 象】 在職者、求職者、雇用主(男女問わず)

託児あり
11/10(金)
※要事前予約

「事例から考える『あなたの働き方改革』」

南風原町後援

【日 時】 2023年12月1日(金) 10時～12時(セミナー) 12時～13時(個別相談)
【場 所】 南風原町中央公民館 研修室①②(南風原町字喜屋武236番地)
【講 師】 岡 輝一 氏(特定社会保険労務士)
【内 容】 働くうえで“あなたの普通”は、“他の人の普通”と同じでしょうか？多様化する「働き方」について考え、知識を共有・活用することで課題の発見と解決策を導き、働く人・雇用する人どちらもイキイキと働ける環境づくりに役立てましょう！セミナー終了後には個別相談会(要予約)も実施します。
【定 員】 20名程度
【対 象】 在職者、求職者、雇用主(男女問わず)

託児あり
11/24(金)
※要事前予約

「～働く環境を整えよう～！働く人の心の健康づくりと発達障がいへの理解」

浦添市共催

【日 時】 2023年12月6日(水) 10時～13時(セミナー) 13時～14時(個別相談)
【場 所】 アイムユニバースてだこホール 多目的室(浦添市仲間1丁目9番3号)
【講 師】 高良 恵利子 氏(社会保険労務士・産業カウンセラー)
大兼 千津子 氏(臨床心理士・公認心理師)
【定 員】 20名程度
【対 象】 在職者、求職者、雇用主、興味のある方、支援員等(男女問わず)

【内 容】 「職場でのストレスに対応するセルフケアを身につけたい。」「働く現場で頑張っているが、気になる方がいる。どう対応したら…?」「自分って発達障がいかな？何とかしたい。」「誰もが思うかもしれない、職場でのちょっと困ったことに対して、仕事を一緒にうまく進めるための、良い方法をみつけませんか？セミナー終了後には個別相談(要予約)も実施します。

託児あり
11/28(火)
※要事前予約

「働く人が知っておきたい就職時・退職時の重要ポイント」

石垣市後援

【日 時】 2023年12月15日(金)
13時30分～15時30分(セミナー) 15時30分～16時30分(個別相談)
【場 所】 大濱信泉記念館 多目的ホール(石垣市登野城2-70)
【講 師】 上里 朝也 氏(特定社会保険労務士)
【内 容】 働き始めるとき、退職するときに必要な手続きやルールを知らずにいると、思わぬトラブルに巻き込まれたり、将来の年金等で損をしたりする可能性があります。知識や対策を「社会保険労務士」がわかりやすくお伝えします。セミナー終了後には個別相談(要予約)も実施します。
【定 員】 20名程度
【対 象】 在職者、求職者、雇用主(男女問わず)

託児あり
12/1(金)
※要事前予約

「～未然に防ごう！～働く人と雇用主のトラブル対処法」

恩納村後援

【日 時】 2023年12月22日(金) 13時～15時(セミナー) 15時～16時(個別相談)
【場 所】 恩納村コミュニティセンター 視聴覚室(恩納村恩納419-3)
【講 師】 前里 久誌 氏(社会保険労務士)
【内 容】 残業代未払いや突然の解雇、パワハラ・長時間労働によって体調不良を引き起こすなど、労使間で生じるトラブルは増加傾向にあります。それらを未然に防いで安心して働くために知っておきたい労働法の基礎知識について、社会保険労務士がわかりやすくご説明します。セミナー終了後には個別相談会(要予約)も実施します。
【定 員】 20名程度
【対 象】 在職者、求職者、雇用主(男女問わず)

託児あり
12/15(金)
※要事前予約

無料労働相談のご案内

賃金未払い・突然の解雇

育児・介護休業・休めない

パワハラ・セクハラなど

働く人と雇用する側の労働問題に男女問わずアドバイス！

センターにはこのような相談が寄せられています。

- 「労働契約書」「雇用契約書」は必ず交わさなければいけない？
- 契約は昼勤だったのに夜勤まで強いられるようになったが時給が変わらない。
- パート勤務ですが社長から有給休暇は無いと言われた…
- 現在専業主婦の私。仕事をすると扶養手当が無くなり損をすると言われたけど本当？
- 契約期間内にやめたら違約金を払わなくては行けない？
- 産前産後や育児休暇は非正規雇用者でも請求できますか？
- …など

当センターでは社会保険労務士が、労働者、雇用主または家族からの相談に対し、労働者、雇用主、双方の立場で解決に向けてのアドバイスや、情報提供を、男女問わずに行います。

また、外国人労働者の方や支援者の方、使用者の方からの相談も受け付けております。(日本語のみ)

We also accept consultations from foreign workers, supporters and employers. (Japanese only)
どうぞお気軽にお問い合わせください。

電話相談専用フリーダイヤル

0120-610-223

(月～金 9時～17時)土・日・祝日は休み

対面相談

098-941-4750

※要予約(月～金 9時～16時)土・日・祝日は休み

