

ひとり親家庭就業支援セミナー

ワンオペパパ・ママのための「最短・最楽」腸活術

腸から心と身体を整え、毎日(はたらくこと)を充実させる実践セミナー

日時

2026  
**7. 29 (水)**  
10:00 - 11:30

場所

大阪市立愛光会館  
(大阪市北区中津1-4-10)

対象

大阪府内にお住まいのひとり親家庭の親、母子家庭を経た寡婦等  
※離婚前でも条件によりお申込みいただける場合があります。  
詳しくは下記【お問い合わせ】へご確認ください。

申込



大阪市内に在住の方は  
大阪市立愛光会館  
ホームページよりお申込みください。  
左のQRコードからお申込みください。



大阪市外在住の方は  
OSAKAしごとフィールド  
ホームページよりお申込みください。  
左のQRコードからお申込みください。

※セミナー受講にはOSAKAしごとフィールドへの会員登録(無料)が必要となります。

内容

大阪市ひとり親家庭就業支援セミナー

腸から変わる、働き方

腸内環境を整えることで集中力や  
気分の安定にも良い変化が！  
毎日の働き方を内側から見直してみませんか？

就職支援のご案内

就職に関する支援のご案内も当日行います  
お気軽にご参加ください！

お野菜測定  
もできるよ♪



★野菜の摂取目安を  
測定する体験ができます！

<定員>

先着25人

<講師>

近畿中央ヤクルト  
販売株式会社  
広報課 小寺実里氏

主催：母子・父子福祉センター大阪市立愛光会館  
共催：大阪府 (OSAKAしごとフィールド)

【お問い合わせ】

■大阪市立愛光会館 就業支援セミナー担当  
指定管理者：公益社団法人大阪市ひとり親家庭福祉連合会  
〒531-0071 大阪市北区中津1-4-10 大阪市立愛光会館内  
TEL:06-6371-6751 FAX:06-6371-6722  
■OSAKAしごとフィールド 総合受付 06-4794-9198

【大阪市（指定管理者）実施事業】実施：公益社団法人大阪市ひとり親家庭福祉連合会

令和8年度就業・自立のための講習会

FAX 06-6371-0685

\*FAXでお申し込みの場合、到着確認のお電話をしていただくことをお勧めします。

### 令和8年度 就業支援講習会 受講申込書

ワンオペパパ・ママのための「最短・最楽」腸活術  
令和8年7月29日（水）10:00～11:30

#### 1. 住所・氏名等記入欄

ふりがな		生年 月日	昭和・平成 年 月 日
氏名			
住所	〒 - 大阪市 区		
連絡先	携帯番号:	-	-
	自宅電話:	(06)	-
	メールアドレス:		
子どもの年齢	歳・歳・歳・歳・歳		
ひとり親または 寡婦の証明	【末子が現在18歳以下の方】 いずれか一つに☑をして番号を記入してください <input type="checkbox"/> 児童扶養手当証書 <input type="checkbox"/> ひとり親家庭医療証 <input type="checkbox"/> 年金証書（遺族年金受給の方） <input type="checkbox"/> ひとり親家庭等日常生活支援事業の派遣等対象家庭登録決定通知書 (No. )		
	【末子が現在19歳以上の方】 → ひとり親になられた当時の末子の年齢 歳 いずれか一つに☑をして番号を記入してください <input type="checkbox"/> 健康保険証 <input type="checkbox"/> 年金証書（遺族年金受給の方） <input type="checkbox"/> ひとり親家庭等日常生活支援事業の派遣等対象家庭登録決定通知書 (No. )		

【個人情報について】ご記入いただいた個人情報は、本事業に関する連絡等に使用するものです。目的以外に使用、第三者に提供することはございません。

#### 2. 現在の就労状況について（いずれかに○をつけてください）

無職・常勤・パート・非常勤・派遣・自営家業手伝い・その他（ ）

#### 3. 受講理由について（いずれかに○をつけ、具体的に記入してください）

① 就職（業）のため ② 転職のため ③ 能力・技能向上のため

〔具体的に記入→ 〕

#### 4. このリーフレットをどこで入手されましたか？（いずれかに○をつけてください）

① 大阪市立愛光会館 ② 区保健福祉センター ③ ホームページ ④ その他（ ）

#### 【申込先（会場）】

※申込書を持参の場合 受付時間：9:00～17:00

母子・父子福祉センター

### 大阪市立愛光会館（4階）

〒531-0071 大阪市北区中津1-4-10

- ・Osaka Metro 御堂筋線「中津」駅5番出口 西へ150m
- ・阪急電鉄（神戸線・宝塚線）「中津」駅 北へ350m
- ・大阪シティバス「地下鉄中津」停留所 西へ約200m

◆駐車場はありません

TEL. 06-6371-6751 / FAX. 06-6371-0685

メール：haha-22@v-aid.org

