



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、セミナー、託児サービスは全て無料でご利用いただけます。
- 対面相談、各セミナーへの参加は事前に予約が必要です。キャンセルの場合はお早めにご連絡ください。
- グッジョブセンターおきなわをご利用の際は、利用者登録が必要です。

個別相談

フリーダイヤル

0120-633-993

対面

電話

WEB

「今の仕事を続けていけるか自信がない…」「自分にどんな働き方が合うのか分からない」「ブランクがあって働くことに不安がある」「転職しようか悩んでいる…」など、働くことに関するお悩みを専門相談員と一緒に考えてみませんか？



自分がどんな
職種に興味があるか分かる！
職業興味
カードワークも
やっています♪

求職活動
実績対象



女性のキャリアアップセミナー

※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

第17回

まずはここから始めよう！

初心者向けWordセミナー

定員

12名

求職活動
実績対象

2026.9.15(火) 10:00～16:00(昼休憩1時間)

対象

PCの基本操作・タイピング入力可能な
仕事をしている女性・仕事をしたい女性

場所

グッジョブセンターおきなわ PC研修室

内容

Wordを使ったことがない、文字入力しかしたことがなく、基礎から操作方法を学びたい初心者向けWordセミナーです。業種問わず必須スキルのWordをこの機会に身につけてみませんか？1日で基本的なビジネス文書の作成スキルの習得を目指します。



託児あり
託児締切 9/8



講師 パソコンインストラクター
吉岡 龍一 氏

Word
初心者限定

第18回

まずはここから始めよう！

初心者向けExcelセミナー

定員

12名

求職活動
実績対象

2026.9.16(水) 10:00～16:00(昼休憩1時間)

対象

PCの基本操作・タイピング入力可能な
仕事をしている女性・仕事をしたい女性

場所

グッジョブセンターおきなわ PC研修室

内容

Excelを使ったことがない方や名前や住所入力程度、表やグラフの作成はできない等、初心者向けExcelセミナーです。業種問わず必須スキルのExcelをこの機会に身につけてみませんか？1日で表計算・グラフの作成等を学びます。



託児あり
託児締切 9/9



講師 パソコンインストラクター
吉岡 龍一 氏

Excel
初心者限定

第19回

まずはここから始めよう！

初心者向けWord・Excelセミナー

定員

12名

求職活動
実績対象

名護市後援

2026.9.30(水) 10:00～16:00(セミナー) 16:00～17:00(個別相談)

対象

PCの基本操作・タイピング入力可能な
仕事をしている女性・仕事をしたい女性

場所

名護市屋部地区センター 会議室(名護市字屋部44)

内容

WordやExcelを使ったことがない、文字入力しかしたことがないなど、基礎から操作方法を学びたい初心者向けのセミナーを名護で初開催します。基本的なビジネス文書の作成や表計算などを学びます。セミナー終了後には働くことに関する個別相談会を開催します。(先着2名・要予約)



託児あり
託児締切 9/17



講師 パソコンインストラクター
吉岡 龍一 氏

Word・Excel
初心者限定

第22回

3日で上げよう!私の働く力

Word実践編

定員

12名

求職活動
実績対象

要予約 事前選考テスト 2026.10.14(水) 10:00～11:30

2026.10.21(水)～10.23(金) 9:30～12:30

対象

タイピング入力・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

場所

グッジョブセンターおきなわ PC研修室

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み! Wordの基本操作から表や写真の挿入、ビジネス文書やチラシの作成、ラベル印刷や差し込み印刷など実務に役立つ操作方法を学び、ハローワーク求人票Cレベル程度のスキル習得を目指します。



託児あり
託児締切 10/7



講師 パソコンインストラクター
吉岡 龍一 氏

初心者
不可

第23回

3日で上げよう!私の働く力

Excel実践編

定員

12名

求職活動
実績対象

要予約 事前選考テスト 2026.10.14(水) 13:30～15:00

2026.10.21(水)～10.23(金) 13:30～16:30

対象

タイピング入力・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

場所

グッジョブセンターおきなわ PC研修室

内容

自己流で操作に自信がない方、もっとExcelの効率を上げる機能を学びたい方におすすみ! Excelの基本操作から表やグラフの作成、データの並び替えや関数など実務に役立つ操作方法を学び、ハローワーク求人票B～C程度のスキル習得を目指します。



託児あり
託児締切 10/7



講師 パソコンインストラクター
吉岡 龍一 氏

初心者
不可

相談やセミナー、託児などすべてのサービスは無料で何度でもご利用いただけます。

宮古島市共催

第24回

自分らしく働き続けるために

働く女性とハラスメントを考える

定員

20名

求職活動
実績対象

2026.10.29(木) 13:00～15:00(セミナー) 15:00～16:00(個別相談)

対象

仕事をしている女性・仕事をしたい女性

場所

JTAドーム宮古島 会議室2(宮古島市平良字下里2511-35)

内容

仕事と子育て・介護などライフステージの変化を迎えても安心して働き続けるためには、職場でのハラスメントについて正しく理解することが大切です。このセミナーでは職場で起こりやすいハラスメントの事例をもとに、基礎知識や対応方法を学ぶとともに、仕事との両立を支える制度についてもご紹介しします。セミナー終了後には働くことに関する個別相談会を開催します。(先着2名・要予約)



託児あり
託児締切 10/14



講師 特定社会保険労務士
善平 克恵 氏



労働関係セミナー



～カスハラ・セクハラ対策義務化に向けて～

ハラスメント対策とメンタルヘルスケア

2026.9.3(木) セミナー 13:30～15:30

対象

在職者、雇用主、求職者(男女問わず)

場所

オンラインセミナー(Zoom)



申込はこちらから▶

内容 ハラスメントのない、誰もが安心して働ける職場づくりを目指し、労働法の基礎や2026年10月から義務化されるカスタマーハラスメント・セクシュアルハラスメント対策、コミュニケーションやメンタルヘルスのポイントを社会保険労務士がわかりやすく解説。



講師 特定社会保険労務士
岡 輝一 氏

名護市後援

～アルバイト・パート・扶養家族の働き方ってどうしたらいい?～

年収の壁と働き方

定員

20名

求職活動
実績対象

2026.9.30(水) セミナー 13:30～15:30
相談会 15:30～16:30

対象

求職者、在職者、学生、その他関心のある方(男女問わず)

場所

名護市屋部地区センター
交流ホール(名護市字屋部44)



託児あり
託児締切 9/17

内容 改正のポイントや影響、分かりづらい社会保障制度や労働関係法令の基礎知識について、社会保険労務士が具体的内容で分かりやすく説明。アルバイトやパートで働く方におすすめのセミナーです。セミナー終了後に個別相談会も開催します。(先着2名・要予約)



講師 特定社会保険労務士
水澤 孝一 氏

～心理士が語る相談対応の実践知～

ハラスメント相談のポイントとメンタルヘルス

定員

30名

2026.10.16(金) セミナー 10:00～12:00

対象

雇用主、管理職、人事担当(男女問わず)

場所

グッジョブセンターおきなわ研修室1・2



内容 相談対応の実務経験を持つ心理士が、職場におけるハラスメント防止対策として重要な相談窓口の役割から相談対応のポイント、メンタルヘルスへの配慮まで、実際の相談事例を交えながら分かりやすく解説。ハラスメント相談対応の基本と対応のコツが学べます。



講師 公認心理師・臨床心理士
山本 雅子 氏

働く現場の事例紹介

宮古島市共催

日本で働く外国人の為に知っておきたい基礎知識や労働法

定員

20名

2026.10.30(金) セミナー 10:00～12:00
相談会 12:00～13:00

対象

外国人労働者を雇用(検討)する企業の担当者、外国人労働者の支援者(支援員・家族・友人含む)、その他(外国人労働者・求職者など)男女問わず

場所

JTAドーム宮古島 会議室2
(宮古島市平良字下里2511-35)



託児あり
託児締切 10/14

内容 日本で働く外国人にも日本の労働法が適用されます。本セミナーでは、1部で外国人雇用に積極的な企業の取組事例を紹介。2部では、社会保険労務士が労働関係法令の基礎知識をわかりやすく解説。セミナー終了後に個別相談会も開催します。(先着2名・要予約)

1部【発表者】 株式会社南西楽園リゾート 人事部 大石 真希 様
2部【講師】 上里 朝也 氏 (特定社会保険労務士・行政書士)



セミナー参加ご希望の皆様へ ▶ 申込後のキャンセルは必ずご連絡をお願いします。