



話して聴いて 先を読む


7月はなさきカフェ

カフェスタイルで、気楽に情報交換しながら
女性が働く上でのノウハウや課題解決のヒントを得られる
ミニセミナー「はなさきカフェ」。

再就職活動を後押ししてくれる様々なプログラムをご活用ください。

本セミナーは、女性しごと応援テラス利用者の方が対象のセミナーです。

会場や実施時間にご注意ください（時間厳守）

 はグループワークありのミニセミナーです。

講座NO	開催日時	テーマ	内容
27	7/2(木) 10時～12時	応募書類 履歴書・職務経歴書編	応募書類（履歴書・職務経歴書）作成の基本を学び、パソコンを使用して実際に応募書類を作成します。
28	7/7(火) 10時～12時	介護との両立・交流会 	介護と仕事の両立に関する悩みや課題を共有するとともに、参加者同士の交流を通じて、働き方や支援の活用方法について考えます。
29	7/8(水) 10時～15時	キャリアデザイン 自己理解編 (拡大版) 開催場所：5階研修室 	自分の価値観や働く動機を考える／職務経験や成功体験・失敗体験を振り返り、自分の適性・強みを明確にする／現在の自分の状況や課題を言語化する／生活との両立を前提に、自分らしい働き方の方向性を描く
30	7/9(木) 10時～12時	求人担当に聞く 求人票の読み方と 自分に合った求人の見つけ方 	テラス求人の最新情報や求人動向、「求人票」の確認ポイントについて学びます。また、自分に合った求人の検索方法やチェックポイントについて考えていきます。
31	7/14(火) 10時～12時	仕事に役立つ伝達力 	伝えたいつもりが伝わっていないという経験、ありませんか？仕事をする上で『ホウレンソウ』（報告・連絡・相談）は欠かせません。ロールプレイを交えながら伝達力を培うコツを学びます。
32	7/16(木) 10時～12時	再就職へのステップ 	「働きたい気持ちはあるものの、何から始めればよいのかわからない」「ブランクがあって不安」と感じている方も少なくありません。就職に向けて安心して働き始めるために、段階的に進める行動のステップを確認します。
33	7/18(土) 10時～12時	応募書類 自己PR・志望動機編	「自己PR」や「志望動機」作成のポイントを学び、応募書類のレベルアップ、面接でのアピール力アップを目指します。
34	7/22(水) 10時～12時	市場理解 事務職編	事務職と言っても一般事務、営業事務など様々な種類があり、企業によって仕事内容が異なります。それぞれの違いや求められるスキルを理解し、職業情報提供サイトjob tagを使って自分で調べる体験をします。
35	7/24(金) 13時～15時	自己コントロール 能力を高める 	再就職では取り巻く環境や人間関係が変化します。新しい職場や仕事内容の変化、自分自身の感情などに左右されず、自分らしい働き方や目指す目標に進んでいけるように自分をコントロールする方法を考えます。
36	7/28(火) 10時～12時	面接対策 オンライン編	最近増えているオンライン面接に備え、オンライン特有のマナーや注意点を学びます。WEB会議システムの操作等の不安を解消します。
37	7/30(木) 10時～12時	市場理解 労働市場の動向編	社会の変化、産業構造の変化、労働人口の減少に伴って、最近の労働市場がどのように動いているかを知り、求人トレンドの変化について考えます。

セミナー会場：女性しごと応援テラス ミニセミナーコーナー / 拡大版会場：5階 研修室



- 当センターに駐輪場はありませんので、自転車での来館はご遠慮ください。
- ※ セミナー中のスマートフォン等通信機器の使用はご遠慮ください。
- 少人数でのセミナーのため、確実な出席をお願いします。やむをえず参加できない場合は、早急にご連絡ください。

主催:東京しごとセンター・女性しごと応援テラス / 申込み:テラス受付または電話 03-5211-2856

公開日付：6月15日 (月)

