

3月

今月の少人数セミナー & グループワーク

参加費
無料
事前予約制

会場

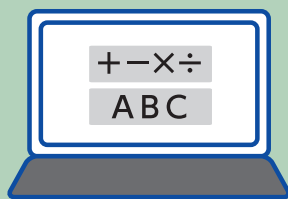
ジョブカフェこうち2階セミナー室

3/8 (水) 13:30~15:30

はじめてのパソコン Excel 編 part①

Excelは、どの職場でも役に立つ「表計算ソフト」です。

今回のセミナーでは、数字や文字の入力、セルの編集、表の作成など初歩的な機能を学びます。



定員 5名

持ち物 筆記用具

講師 キャリアコンサルタント なびかわ 奈比川 さおり

3/15 (水) 10:00~12:00

グループワークチャレンジへの一歩

写真や言葉のカードを選びながら進めるワークです♪

自分と似た悩みを持った方々と話をしながら、キャリアコンサルタントとともに自己理解を深めていきます。

- ◎ 一歩踏み出す力をもらえる
- ◎ 新しい視点に出会える
- ◎ 自分の想いを言葉にできる
- ◎ 会話が苦手でも大丈夫



定員 6名

講師 キャリアコンサルタント よねだ さち 米田 佐知

3/15 (水) 13:30~15:30

就活に活かすストレスマネジメント

就活が思うように進まず、ストレスを感じ前向きに行動できなくなっていないですか。

このセミナーでは、ストレスの仕組みと対処の仕方について学んでいきます。



定員 6名

講師 キャリアコンサルタント にい や しげる 新谷 茂

3/22 (水) 13:30~15:30

コミュニケーション力向上

あなたは「コミュニケーション力」がもっとあればいいなと思ったことはありませんか?

このセミナーでは、聞く力を身につけ、相手に分かりやすく話すための基本を学びます。相手に理解してもらうためには、①結論から話す、②できるだけ短く・できるだけゆっくり・できるだけやさしい言葉で話すことが大事です。学んだことを就活やお仕事に活かしていきませんか。



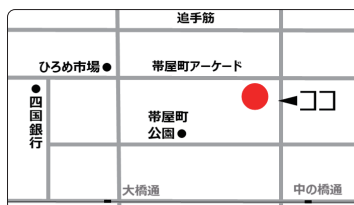
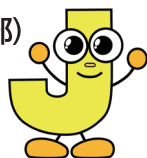
定員 6名

講師 キャリアコンサルタント にい や しげる 新谷 茂

15歳~51歳までの方(令和4年4月1日時点)なら、どなたでも利用できます!
雇用保険の求職活動として認定されます(雇用保険の受給者証をご提示ください)

お申込み・お問合せ

高知県就職支援相談センター ジョブカフェこうち(本部)
高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル
TEL 088-802-1533
HP: <https://www.jobcafe-kochi.jp>



ジョブカフェ
こうちHP

ジョブカフェこうちは、株式会社東京リーガルマインドが高知県から受託し、運営しています。