

5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

5/10 (水) 13:30~15:30

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ますか。

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**

5/17 (水) 10:00~12:00

グループワークチャレンジへの一歩

イメージ交換ゲームを通じて、自己理解・他者理解を深めていきます♪

- ◎ 一歩踏み出す力が湧いてくる
- ◎ 自分を振り返ることができる
- ◎ 会話が苦手でも大丈夫
- ◎ 対人関係力を学びます



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**

5/18 (木) 13:30~15:30

目的志向の雑談力

ビジネスに必要なコミュニケーションスキルの一つでもある「目的志向の雑談力」を高めるポイントを学んで、仕事に役立てましょう。このセミナーでの「雑談力」とは、職場で良い人間関係を築いて、信頼されやすくなる能力のことです。



定員 6名

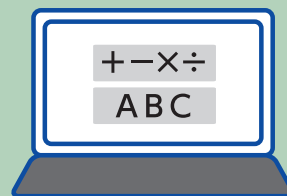
講師 キャリアコンサルタント かどわき ゆきこ **門脇 由紀子**

5/29 (月) 13:30~15:30

はじめてのパソコン Excel 編 part②

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、計算式のしくみや初歩的な関数を学びます。



定員 5名

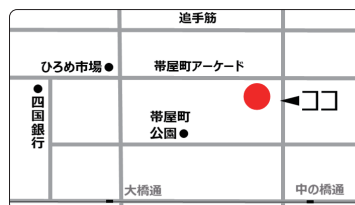
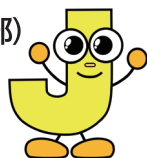
持ち物 筆記用具

講師 キャリアコンサルタント なびかわ **奈比川 さおり**

15歳~52歳までの方(令和5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。