

# 11月 今月の少人数セミナー & グループワーク

会場

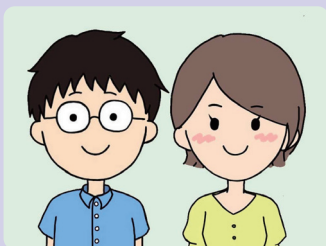
ジョブカフェこうち2階セミナー室

参加費  
**無料**  
事前予約制

**11/1 (水) 13:30~15:30**

**強みと弱みを活かす!**  
**“前向きな転職”に進むための**  
**マインドセット。**

自己分析のポイント、失敗から学ぶ前向きなマインドセットを学びます。



**定員** 10名

**持ち物** 筆記用具

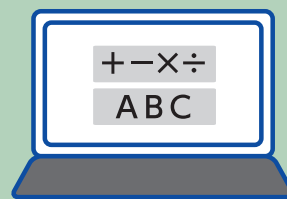
**講師** 株式会社 Seruno  
やまさき ようすけ **山崎 洋輔 氏**  
やまさき みさき **山崎 美咲 氏**

**11/9 (木) 13:30~15:30**

**初めてのWord**

Wordは、ビジネス文書の作成に幅広く使われているソフトです。

今回は、Wordの基本操作と「添え状」の作成を学びます。



**定員** 5名

**持ち物** 筆記用具

**講師** キャリアコンサルタント かどわき ゆきこ **門脇 由紀子 氏**

**11/21 (火) 13:30~15:30**

**タイムマネジメント**

タイムマネジメントは、就職活動や仕事、私生活にも必ず役立ちます。

- ① スケジューリング
- ② 時間の節約
- ③ 時間の活用  
(他人の時間を分けてもらう)
- ④ 優先順のつけ方など  
具体的に学んでいきます。



**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 氏**

**11/22 (水) 10:00~12:00**

**チャレンジへの一歩 グループワーク**

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♪

また、コミュニケーションの基本を学び、練習して頂きます。



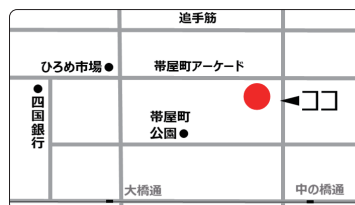
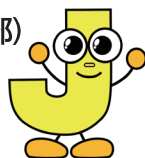
**定員** 6名

**講師** キャリアコンサルタント にい や しげる **新谷 茂 氏**

**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。