

2024年
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

5/13 (月) 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、また初めての就職でストレスを感じ、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 産業カウンセラー やまもと ゆき **山本元氏**

5/15 (水) 10:00~12:00

理解しやすい話し方を学ぶ グループワーク

まずは「傾聴」から学びます。「相手に合わせた」話し方を学びます。そして、自分の「言いたいこと」を相手に分かりやすく「話す」コツを学びます。学んだことを実際にグループワークを通じて練習します。



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**

5/23 (木) 13:30~15:30

魅力的な履歴書の書き方

履歴書は応募においての必須書類であり、基本です。

最終的な採否は人間味も加味された上で決定しますが、書類選考の段階で不採用になるケースもあります。たかが履歴書、されど履歴書。魅力的な履歴書を作成するポイントをつかみましょう。



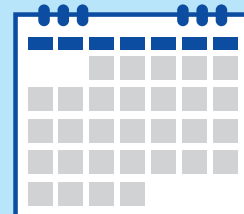
定員 6名

講師 キャリアコンサルタント う か あつし **宇賀敦士氏**

5/29 (水) 13:30~15:30

就職活動計画を立てる

いまの自分の状況を客観的に捉えます。そして、就職活動のスケジュールを確認し、イメージトレーニング、心構え、キャリアプランニングの作成の仕方などを理解したうえで、実践的な転職・就職活動の計画を立てていきます。



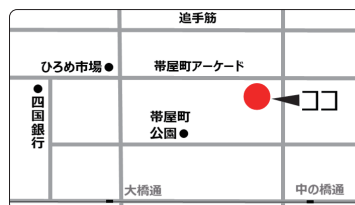
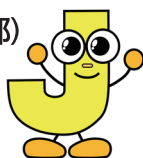
定員 6名

講師 キャリアコンサルタント にい や しげる **新谷茂氏**

15歳~53歳までの方(令和6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。