

無料

事前予約制

4月の少人数セミナー& グループワーク

★セミナー当日はジョブカフェこうち1階にお越しください★

持ち物は筆記用具のみ

4/3 (金) 13:30~15:30

自己分析①「適性診断」

適性を把握して自分にあった仕事を見つけよう！

自分の適性を知ることが就職への第一歩です。

自分が大切にしたい価値観、

興味があることなど、

「職業興味チェックテスト」に
答えることで明確にしていきます。



定員 10名

講師 キャリアコンサルタント **新谷 茂氏**

にいや しげる

4/10 (金) 13:30~15:30

グループワーク

「自分を知り、自己開示にチャレンジ！」

・自分は何が得意なのか ・何がやりたいのか

・何をしているときに充実感を感じるか など

自分の興味・関心を明らかにすることで、

仕事選びや、面接での自己PRに

役立てましょう！



定員 5名

講師 キャリアコンサルタント **門脇 由紀子氏**

かどわき ゆきこ

4/16 (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性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場合もあります。

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 **宇賀 敦士氏**

うか あつし

4/24 (金) 13:30~15:30

自己分析②「性格診断」

面接で、自分の「長所」や「短所」を聞かれて困った

ことはありませんか？自分の性格を理解しておくこと

は、面接対策はもちろん、職場で良い人間関係を築く

うえでも役に立ちます。

長所は伸ばし、

短所はカバーしましょう♪



定員 10名

講師 キャリアコンサルタント **新谷 茂氏**

にいや しげる

15歳～概ね59歳までの方（令和8年度4月1日時点）なら、どなたでもご利用できます！対象年齢外の方はご相談ください。
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

〒780-0841 高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル

開所日/月～金曜、第2・4土曜 10:00～18:00（金曜のみ20:00まで）

TEL : 088-802-1533

FAX : 088-802-1534

E-mail : info@jobcafe-kochi.jp

HP : https://www.jobcafe-kochi.jp

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。



ジョブカフェこうち HP