

※開催日現在、30～54歳のミドルコーナーご利用者向けのセミナーです

■申込方法	■ご案内
<p><アドバイザー経由申込み>担当アドバイザーをとおしてお申し込みください。 ※直接申込みはできません</p> <p><その他のセミナー>以下の要領にて直接申込み可能です。 【P-Jobマイページ】 【セミナー受付ブース】 【セミナー受付電話 / 03-3265-8904】 ※来所・電話受付は、日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)は休みです。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・<求職活動支援セミナー①～⑤>については、このチラシ裏面をご確認ください。 ・上記以外については、各セミナーチラシを確認ください。 ・<在職者向け>セミナーは、3か月ごと(3月・6月・9月・12月)に3か月分のスケジュール公開及び予約受付を行っています。

月 曜	火 曜	水 曜	木 曜	金 曜	土 曜
10月2日	10月3日	10月4日	10月5日	10月6日	10月7日
①就職活動を成功させるポイント (13:00～15:00)	②応募書類作成ポイント (10:00～12:00)	④*Web面接対策 (9:30～10:30)	⑦キャリアデザイン研修 1日目 (10:00～16:00) 2日目 (10:00～16:00)		*<在職者向け> キャリアデザインセミナー (13:00～16:00)
⑤受けたい求人を探すコツ (15:30～17:00)	③面接のポイント (13:00～14:30)	④*Web面接対策 (10:50～11:50)	③面接のポイント (18:00～19:30)		
	④面接対応力アップ (15:00～17:00)	*短期集中プログラム 1日目 (10:00～17:00)			
*キャリアチェンジ支援プログラムセミナー					
*就活エクスプレス 適職探索コース					
10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日	10月14日
休 館	②応募書類作成ポイント (10:00～12:00)	④*Web面接対策 (9:30～10:30)	*就活ギアチェンジ A (10:00～16:00)	⑦<就活スキルアップ> c 自己再発見 (10:00～13:00)	*<在職者向け> ビジネススキルアップ研修 (13:00～16:00)
	③面接のポイント (13:00～14:30)	④*Web面接対策 (10:50～11:50)	<一般公募セミナー>仕事や就活でも役立つ!怒りの感情を上手に受けとめプラスにする方法 午前の部(10:00～12:00) 午後の部(13:30～15:30) *完全入替制	ミニセミナー/ 自己PR作成のポイント (13:30～15:30)	④面接対応力アップ (13:00～15:00)
	④面接対応力アップ (15:00～17:00)	*短期集中プログラム 2日目 (13:00～16:00)	④面接対応力アップ (18:00～20:00)	⑦<就活スキルアップ> a ストレスコントロール (14:00～17:00)	
	*就活エクスプレス 就活実践コース				
10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日
①就職活動を成功させるポイント (13:00～15:00)	②応募書類作成ポイント (10:00～12:00)	④*Web面接対策 (9:30～10:30)	コミュニケーション研修 1日目 (10:00～16:00) 2日目 (10:00～16:00)		*<在職者向け> 就職活動支援土曜セミナー (13:00～16:00)
⑤受けたい求人を探すコツ (15:30～17:00)	③面接のポイント (13:00～14:30)	④*Web面接対策 (10:50～11:50)	⑤受けたい求人を探すコツ (18:00～19:30)		①就職活動を成功させるポイント (13:00～15:00)
*就活エクスプレス 就活実践コース	④面接対応力アップ (15:00～17:00)	*短期集中プログラム 3日目 (13:00～16:00)			
10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日
*ライフ・マネープラン 対象/45-54歳 (10:00～16:00)	*ライフ・マネープラン 対象/30-44歳 (10:00～16:00)	④*Web面接対策 (9:30～10:30)	キャリアデザイン研修 対象/女性の方 1日目 (10:00～16:00) 2日目 (10:00～16:00)		②応募書類作成ポイント (13:00～15:00)
①就職活動を成功させるポイント (13:00～15:00)	⑦業界・職種研究 (10:00～13:00)	④*Web面接対策 (10:50～11:50)	*就活ギアチェンジ B (10:00～16:00)		
⑤受けたい求人を探すコツ (15:30～17:00)	②応募書類作成ポイント (10:00～12:00)	*短期集中プログラム 4日目 (13:00～16:00)	①就職活動を成功させるポイント (18:00～20:00)		
	③面接のポイント (13:00～14:30)		<特別セミナー> 仕事とプライベートに役立つ 時間管理術(14:00～16:00)		
	⑦求人票の読み解き方 (14:00～17:00)				
	④面接対応力アップ (15:00～17:00)				
10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日
①就職活動を成功させるポイント (13:00～15:00)	②応募書類作成ポイント (10:00～12:00)			*	⇒ アドバイザー 経由申込
⑤受けたい求人を探すコツ (15:30～17:00)	③面接のポイント (13:00～14:30)				⇒ グループワークあり
	④面接対応力アップ (15:00～17:00)			⑦	⇒ オンラインセミナー

<災害等やむを得ない事情により、中止や延期になることがあります。尚、中止・延期の際は、東京しごとセンターホームページ等でお知らせします。>

求職活動支援セミナー①～⑤

※開催日時により会場が異なります。
確認のうえ、来場願います。

会場：

＜木曜日以外の開催＞ **ニチレイ水道橋ビル 5階 多目的室**
＜木曜日18時の開催＞ **東京しごとセンター 2階 201教室**

- 就職活動に必要な基本事項を、事例を交えた講義やロールプレイングなどで実践的に学習できます。
- セミナー④「面接対応力アップ」を受講する場合、セミナー③「面接のポイント」を先にご受講いただくことをおすすめします。（セミナー③のみ、④のみでも受講は可能です）
- 複数回の受講が可能ですが、同一セミナーのお申込は1回の申込につき1講座となります。次回講座の申込みは、セミナー受講後をお願いします。

対象者		登録後どなたでもご参加いただけます。④以外は講義型の講座です。	
	セミナー名	テーマ	主な内容
準備	①就職活動を成功させるポイント	就職活動失敗、成功の要因 ／自己理解と目標設定	I. 就職活動スタートに当たっての『心構え』を知る II. 自己理解により就職への目標・方向を見つけ希望就業条件の優先付けをする
書類	②応募書類作成ポイント	効果的な応募書類の 作り方	I. 応募書類の三点セット（履歴書・職務経歴書・添え状）について具体的な作成方法のポイントを学ぶ II. 職務経歴書作成のためにキャリアの棚卸しを学ぶ
面接	③面接のポイント	面接のポイントと よく出る質問	I. 面接の目的とは何か。準備の必要性を知る（ビデオ視聴あり） II. 面接によく出る質問への対応方法を学ぶ
	④面接対応力アップ	面接実践練習	I. セミナー③で学んだ面接のポイントを実践する *受講者同士でグループを組みロールプレイ（面接の実践練習）を行い、面接準備の必要性を身体で理解する
求人	⑤受りたい求人を探すコツ	求人情報の具体的な探し方と応募を増やすコツ	I. 求人情報の種類、具体的な検索方法、求人情報のチェックポイント、応募方法を学ぶ II. 潜在求人への応募方法を知る

【上記セミナー①②③⑤は動画配信があります。下段の案内をご覧ください】 ※④は来所受講のみになります。

＜お願い＞当センター及びニチレイ水道橋ビルに駐輪場はありません。自転車での来場はご遠慮ください。

＜セミナー予約のご案内＞

事前に東京しごとセンターミドルコーナー登録が必要

です。P-Jobマイページからのお申込み、来所または電話でお問い合わせください。（TEL：03-3265-8904）直接申込のセミナーは定員になり次第、受付を終了します。（キャンセル待ち予約はできません）

◎キャンセルの際は、できるだけ早くご連絡ください

◎キャンセルが発生した際は、随時再申込を受付します

＜動画視聴のご案内＞

申込前にP-Jobのマイページにメールアドレスの登録を完了してください。P-Jobマイページからお申込みいただくか、来所又は電話でお問い合わせください。

（TEL：03-3265-8904）申込後、P-Jobに登録したメールアドレスに送信される【申込受付完了】メールに、視聴URLをご案内します。

※注意事項：メンテナンスのため毎月末1週間程度、視聴できない期間があります。ご了承ください。

■受講会場のご案内

- 東京しごとセンター（千代田区飯田橋3-10-3）
- ニチレイ水道橋ビル（千代田区神田三崎町3-3-23）

