

セミナースケジュール < 1月 >

※ミドルコーナー（開催日現在30～54歳）のご利用者向けセミナーです

ご案内・お申込み方法は、裏面をご確認ください

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
		休館 (12/29-1/3)			
1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日
*45歳からの未来デザインプログラムセミナー					⑤面接対応力アップ (13:00～15:00)
*就活エクスプレス 適職探索コース					
①就職活動を成功させるポイント (13:00～15:00)	③効果的な求人情報の探し方と応募方法 (10:00～11:30)	④*Web面接対策 (9:30～10:30)	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> 就職活動支援土曜セミナー (13:00～16:00)
②応募書類作成のポイント (15:30～17:30)	④面接のポイント (13:00～14:30)	④*Web面接対策 (10:50～11:50)	*就活ギアチェンジ A (10:00～16:00)		
	⑤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)	③効果的な求人情報の探し方と応募方法 (18:00～19:30)		
1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日
祝日	*就活エクスプレス 就活スキルアップコース				
	③効果的な求人情報の探し方と応募方法 (10:00～11:30)	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)		②応募書類作成のポイント (13:00～15:00)
	④面接のポイント (13:00～14:30)	④*Web面接対策 (10:50～11:50)	④面接のポイント (18:00～19:30)		④* <在職者向け> キャリアデザインセミナー (13:00～16:00)
	<一般公募セミナー> ～キャリアとマネーは人生設計の両輪！～マネープランを考える (10:00～12:00) (13:30～15:30)	*短期集中プログラム 2日目 (13:00～16:00)			
	⑤面接対応力アップ (15:00～17:00)				
1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日
*就活/ 就活スキルアップコース	③効果的な求人情報の探し方と応募方法 (10:00～11:30)	④*Web面接対策 (9:30～10:30)	④キャリアデザイン研修 はじめの一步 (10:00～13:00)	自己PR作成のポイント (13:30～15:30)	①就職活動を成功させるポイント (13:00～15:00)
①就職活動を成功させるポイント (13:00～15:00)	④*業界・職種研究の仕方 (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)		④* <在職者向け> ビジネススキルアップ研修 (13:00～16:00)
②応募書類作成のポイント (15:30～17:30)	④面接のポイント (13:00～14:30)	*短期集中プログラム 3日目 (13:00～16:00)	⑤面接対応力アップ (18:00～20:00)		
	④*求人票の読み解き方 (14:00～17:00)				
	⑤面接対応力アップ (15:00～17:00)				
1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	2月1日
④*ライフ・マネープラン 対象/45-54歳 (10:00～16:00)	④*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)	④<コミュニケーション> 人間関係構築のポイント (10:00～13:00)		
①就職活動を成功させるポイント (13:00～15:00)	③効果的な求人情報の探し方と応募方法 (10:00～11:30)	④*Web面接対策 (10:50～11:50)	④<就活スキルアップ> c 自己再発見 (14:00～17:00)	*	⇒ アドバイザー経由申込
②応募書類作成のポイント (15:30～17:30)	④面接のポイント (13:00～14:30)	*短期集中プログラム 4日目 (13:00～16:00)			⇒ グループワークあり
	⑤面接対応力アップ (15:00～17:00)			④	⇒ 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 会場：東京しごとセンター5階 多目的室

- 就職活動に必要な基本事項を、実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⑤「面接対応力アップ」を受講する場合、セミナー④「面接のポイント」を先に受講すると効果的です。（セミナー④のみ、⑤のみでも受講は可能です）
 - 同じセミナーでも複数回受講可能です。ただし、お申込みはそのセミナーを受講後に可能となります。
- ※遅刻は15分までとします。その際は、事前にご連絡をお願いします。

対象者		登録後どなたでもご参加いただけます。⑤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. 就職活動のステップ、働き方の選択、活動において大切なことを知る II. 自己理解により目標・方向を明確にする方法を学ぶ
書類	②応募書類作成のポイント	効果的な応募書類の作り方	I. 応募書類の種類とポイントを理解する II. 応募書類の作成方法を学ぶ III. 書類選考を通過する応募書類作成のポイントを理解する
求人	③効果的な求人情報の探し方と応募方法	求人情報の具体的な探し方と応募を増やすコツ	I. 労働市場と幅広い求人情報の収集方法を理解する II. 求人検索や求人読解のポイントを理解する III. 短期集中の就職活動のポイントを理解し行動を開始する
面接	④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 II. 面接によく出る質問への対応方法を学ぶ
	⑤面接対応力アップ	面接実践練習	I. 面接の流れとポイントを理解する II. 面接ロールプレイで基本動作と実践力を体験する

■申込方法

【アドバイザー経由申込み】

- * 印の講座は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）

【直接申込みその他のセミナー】 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、日曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)は休みです。

■動画視聴セミナーのご案内

求職活動支援セミナー①②③④は動画配信があります。（⑤は来所受講のみ）

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。

メールアドレス登録後、P-Jobマイページからお申込みいただくか、来所または電話

（TEL：03-3265-8904）にてお問い合わせください。

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。

■その他ご案内

- ・ <求職活動支援セミナー①～⑤>以外については、各セミナーチラシをご確認ください。
- ・ <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。