

※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
2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	3月1日
					⑤面接対応力アップ (13:00～15:00)
3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日
	*45歳からの未来デザインプログラムセミナー				②応募書類作成の ポイント (13:00～15:00)
*就活エクспレス 適職探索コース					
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 (10:00～16:00)	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> キャリアデザインセミナー (13:00～16:00)
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)	*就活ギアチェンジ A (10:00～16:00)		
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 1日目 (10:00～17:00)	⑤面接対応力アップ (18:00～20:00)		
	⑤面接対応力アップ (15:00～17:00)				
3月10日	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日
*就活エクспレス 就活スキルアップコース					
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)	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)		④面接のポイント (13:00～14:30)
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)	①就職活動を成功させる ポイント (18:00～20:00)		*<在職者向け> 就職活動支援土曜セミナー (13:00～16:00)
	<一般公募セミナー>ミドル世代の 品格を高める！社会人基本マナーと コミュニケーション再確認 (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)				
3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日
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)	休 館	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)
②応募書類作成の ポイント (15:30～17:30)	④業界・職種研究の仕方 (10:00～13:00)	④*Web面接対策 (10:50～11:50)		④<就活スキルアップ> bモチベーションアップ (14:00～17:00)	④*<在職者向け> ビジネススキルアップ研修 (13:00～16:00)
	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)			
	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)				
3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日
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)	④キャリアデザイン研修 はじめの一步 (10:00～13:00)	自己PR文作成のポイント (13:30～15:30)	
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 B (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 4日目 (13:00～16:00)	②応募書類作成の ポイント (18:00～20:00)		
3月31日	4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日
①就職活動を成功させる ポイント (13:00～15:00)		*	⇒ アドバイザー経由申込	④ ⇒ オンラインセミナー	
②応募書類作成の ポイント (15:30～17:30)			⇒ グループワークあり		

〈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. 面接で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身に付ける

■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。