

令和8年 9月 セミナースケジュール

月	火 9月1日	水 9月2日	木 9月3日	金 9月4日	土 9月5日
		45歳からの未来デザインプログラム セミナー			
	③効果的な求人情報の探し方と応募方法 (10:00～11:30)	Web面接対策セミナー (9:30～10:30)	③効果的な求人情報の探し方と応募方法 (18:00～19:30)	短期集中プログラム 1日目 対象:30～54歳 (10:00～17:00)	④面接のポイント (13:00～14:30)
	④面接のポイント (13:00～14:30)	Web面接対策セミナー (10:50～11:50)		業界・職種研究の基礎 (13:00～16:00)	【在職者向け】A.キャリアデザインセミナー(2)これからの働き方を考えるために (13:00～16:00)
	⑤面接対応力アップ (15:30～17:30)	短期集中プログラム 1日目 対象:45～54歳 (10:00～17:00)			
9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日
就活エクспレス 適職探索コース					
②応募書類作成のポイント (13:00～15:00)	④面接のポイント (10:00～11:30)	Web面接対策セミナー (9:30～10:30)	就活ステップアップセミナー A:モチベーション再構築・自己理解編 (10:00～17:00)	短期集中プログラム 2日目 対象:30～54歳 (9:30～12:30)	【在職者向け】C.求職活動支援セミナー (13:00～16:00)
③効果的な求人情報の探し方と応募方法 (16:00～17:30)	⑤面接対応力アップ (13:00～15:00)	Web面接対策セミナー (10:50～11:50)	面接突破トレーニング (13:00～16:00)		
伝える・聴く力実践ワークショップ (10:00～16:00)	①就職活動を成功させるポイント (16:00～18:00)	短期集中プログラム 2日目 対象:45～54歳 (13:00～16:00)	【一般公募セミナー】自分らしい次の一歩が見えてくるミドル世代のための就職準備セミナー(13:30～15:30)		
			⑤面接対応力アップ (18:00～20:00)		
9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日
就活エクスプレス 1日コース					
ライフ&マネープラン×キャリアアップ 対象:30～44歳 (10:00～16:00)	ライフ&マネープラン×キャリアアップ 対象:45～54歳 (10:00～16:00)	Web面接対策セミナー (9:30～10:30)	コミュニケーション実践集中講座 1日目 (10:00～16:00) 2日目 (10:00～16:00)		③効果的な求人情報の探し方と応募方法 (13:00～14:30)
①就職活動を成功させるポイント (10:00～12:00)	⑤面接対応力アップ (10:00～12:00)	Web面接対策セミナー (10:50～11:50)	②応募書類作成のポイント (18:00～20:00)	短期集中プログラム 3日目 対象:30～54歳 (15:00～18:00)	
③効果的な求人情報の探し方と応募方法 (13:00～14:30)	①就職活動を成功させるポイント (13:30～15:30)	短期集中プログラム 3日目 対象:45～54歳 (13:00～16:00)			
④面接のポイント (15:30～17:00)	②応募書類作成のポイント (16:30～18:30)				
9月21日	9月22日	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日
休館日	休館日	休館日	キャリア再構築ワークショップ 1日目 (10:00～16:00) 2日目 (10:00～16:00)		⑤面接対応力アップ (13:00～15:00)
			就活ステップアップセミナー B:実践対策・就活スキル向上編 (10:00～17:00)	短期集中プログラム 4日目 対象:30～54歳 (13:00～16:00)	【在職者向け】B.ビジネススキルアップ(3)仕事に役立つロジカルシンキング (13:00～16:00)
			④面接のポイント (18:00～19:30)		
9月28日	9月29日	9月30日	お問い合わせ先		
④面接のポイント (13:00～14:30)	①就職活動を成功させるポイント (10:00～12:00)	Web面接対策セミナー (9:30～10:30)			
⑤面接対応力アップ (15:30～17:30)	②応募書類作成のポイント (13:30～15:30)	Web面接対策セミナー (10:50～11:50)			
	③効果的な求人情報の探し方と応募方法 (16:30～18:00)	短期集中プログラム 4日目 対象:45～54歳 (13:00～16:00)			

お問い合わせ先

セミナー
☎ 03-3265-8904

未来デザインプログラム・就活エクспレス
☎ 03-3239-3821

平日9:00～20:00 土曜日9:00～17:00
※日曜日・祝日・年末年始は休業

アドバイザー経由で申込

オンライン開催

グループワークあり

「これから就職活動をスタートする方におすすめ」
求職活動支援セミナー ①～⑤

- ・ 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面接のポイント」を受講後、セミナー「⑤面接対応力アップ」を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。

	セミナー名	主な内容 ※⑤以外は講義型の講座です。
就職活動準備	① 就職活動を成功させるポイント	I. 就職活動のステップ理解 II. 働き方の選択と活動戦略 III. 自己理解による目標・方向整理
応募書類作成	② 応募書類作成のポイント	I. 応募書類の役割を理解する II. 応募書類の作成方法を学ぶ III. 書類選考を通過するポイント
求人応募	③ 効果的な求人情報の探し方と応募方法	I. 労働市場と幅広い求人情報の収集方法 II. 求人検索・求人読解のポイント III. 短期集中の就職活動のポイント
面接対策	④ 面接のポイント	I. 面接の本質理解 II. 面接でよく出る質問への対応方法 III. ミドル世代特有の面接課題
	⑤ 面接対応力アップ	I. ミドルの面接・頻出5質問の理解 II. 模擬面接（ロールプレイング）

会場 東京しごとセンター 5階 多目的室

対象 開催日現在、30～54歳の求職者の方
 ミドルコーナー利用登録後、どなたでもご参加いただけます。

申込方法 以下の方法にて直接申込み可能です。

- ・ ミドルコーナーマイページ
- ・ セミナー受付担当（来所）
- ・ セミナー受付電話：03-3265-8904

※来所・電話受付：日曜日・祝日・年末年始（12/29～1/3）は休みです。

※動画セミナー視聴について

- ・ 求職活動支援セミナー①②③④の動画は、順次配信を行います。（⑤は来所受講のみ）
 最新情報につきましては、マイページのお知らせ一覧からご確認ください。またはお電話にてお問合せください。
- ・ 申込前にマイページへの登録をお願いいたします。登録後、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）にてお申込みください。申込後、マイページ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。