

就活ギアチェンジセミナー

3つのチェンジで就活の悩みを解決!



1 自分自身の見方の **チェンジ**
自分自身の資源の振り返り・講師や受講者からのフィードバックで思い込みを変えよう!

2 相手(企業、労働市場)の見方の **チェンジ**
求人情報から企業の視点や考え方を知ろう!
労働市場から求められている自分とは?

3 行動の **チェンジ**
セミナーに参加して行動を変えていこう!!



9.5 (木)
10:00~16:00
(受付:9:45~10:00)
※セミナー開始30分以降はご入室いただけません

A **モチベーション** 編
これまでの就活力を見直し、講師のアドバイスを通じて、新たな目標設定に取り組む

A、Bセミナーいずれかのみ受講も可能です

9.19 (木)
10:00~16:00
(受付:9:45~10:00)
※セミナー開始30分以降はご入室いただけません

B **ノウハウ** 編
応募書類作成・面接対応力のブラッシュアップ
問題点を共有しながら講師からのアドバイスで悩みを解決



- 会場** Aセミナー 東京しごとセンター2階 201教室
Bセミナー 東京しごとセンター5階 グループ相談室
- 対象** 開催日現在30~54歳で、就職活動を始めて概ね3か月以上経過した方
※本セミナーの受講はそれぞれ1回のみです。再受講はできません。
- 申込み** ミドルコーナーの担当就職支援アドバイザーをとおしてお申し込みください。
締切:各開催日の1営業日前の18:00まで
【利用が初めての方】
東京しごとセンター・ミドルコーナーに利用登録をしていただく必要があります。まずはお問い合わせください。
【オンライン登録済・ライトサービス利用中の方】
まずは就職支援アドバイザーのカウンセリングを受けてからお申し込みください。

定員 15名(先着順) **問合せ** 03-3265-8904 平日 9:00~20:00 / 土曜日 9:00~17:00
※日曜日・祝日・年末年始(12/29~1/3)は休みです

カリキュラム

A
セミナー

モチベーション編

- 1 就活準備度チェック
- 2 経験の棚卸しと自己理解
- 3 ストレスマネジメント
- 4 目標設定

B
セミナー

ハウハウ編

- 1 求人検索と応募
- 2 応募書類のブラッシュアップ
- 3 面接でのコミュニケーション(ワークショップ)
- 4 目標設定

受講された方の声



グループワークは苦手で避けてきましたが、仲間と話し合うことで自身の振り返りもできました。そして、自然と面接の練習にもなっていました。



自力での就職活動に限界を感じて参加しました。グループでそれぞれの就職状況を共有することで、同じ悩みを持った方と励まし合うことができ、モチベーションが高まりました。



今までの活動を振り返り、棚卸しをすることができ、自分の強みを見つけることができました。また、面接や応募書類の課題が今回参加された方々と共通することも多く、意見交換したり、話を聞くことができ、とても勉強になりました。



今まで良しとしていたものに多くの不安がある事が認識できて良かったです。さらに前向きな気持ちで再就職に臨みたいと思います。



このところ就職活動のモチベーションが上がらず、上手くいかなかったのですが、自分の取組を見直し、応募する勇気が湧きました。



再就職の目標・目的をとらえなおすことができ、モチベーションを上げる一助となりました。また、グループワークを通して他の人の意見を聞くことができ、自分なりの考えを持つことや自分自身のアピールポイントを見つめ直すことができました。

託児が必要な方は、ご希望日の6営業日前までにお申し込みください。(祝日、年末年始等により変わる場合があります) 総合相談係 03-5211-1571

- 雇用保険を受給中の方は、求職活動の実績として認められる場合があります。
- 災害等やむを得ない事情によって、中止や延期になることがあります。なお、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。
- 個人情報の取扱いについては <https://www.tokyoshigoto.jp/privacy/> をご覧ください。

東京しごとセンター ミドルコート

所在地 〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3

最寄駅 飯田橋駅から JR中央・総武線「東口」徒歩7分、大江戸線・有楽町線・南北線「A2出口」徒歩7分、東西線「A5出口」徒歩3分

水道橋駅から JR中央・総武線「西口」徒歩5分

九段下駅から 東西線「7番出口」徒歩8分、半蔵門線・新宿線「3a・3b出口」「5番出口」徒歩10分

詳しくはこちら

<https://tokyoshigoto-middle.jp/>

東京しごとセンター ミドル

検索



開館時間

平日…9:00～20:00
土曜日…9:00～17:00
休業…日曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)

