

対象：34歳以下の方(学生可)

5月

すぐに使える就活講座

就活に必須のテーマを豊富にラインナップ
受りたいテーマを自由にお選びください。順番も自由自在!

- 10 水** 14:00~16:00 **仕事に使えるカラーテクニック**
 ▶受付開始：4/14(金) ※詳しくは右のQRコードからご確認ください。
- 12 金** 13:00~16:00 **自己分析**
- 16 火** 13:30~15:30 **面接基礎講座**
 16:30~18:30 **ビジネスマナー**
- 18 木** 16:00~19:00 **グループディスカッション(学生・既卒3年以内のみ)**
 ▶受付開始：5/8(月) ※詳しくは右のQRコードからご確認ください。
- 20 土** 13:00~16:00 **面接トレーニング〈模擬面接〉** **スーツ着用**
 ▶受付開始：5/2(火) ※詳しくは右のQRコードからご確認ください。
- 23 火** 13:00~16:00 **自己分析**
- 24 水** 10:30~12:30 **メンタルヘルス**
- 25 木** 13:30~15:30 **応募書類作成**
 16:30~18:30 **求人情報の見方**
- 26 金** 13:10~15:10 **適職診断セミナー×カウンセリング**
 16:30~18:30 **就活のすすめ方×職種選び方**
- 29 月** 16:00~19:00 **面接トレーニング〈模擬面接〉** **スーツ着用**
 ▶受付開始：5/15(月) ※詳しくは右のQRコードからご確認ください。

会場 東京しごとセンター3階セミナー教室
〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3

定員 **20名** **服装自由** **参加無料**

持ち物 しごとセンターカード、筆記用具
★初めてご利用される方は、東京しごとセンターの利用登録が必要です。

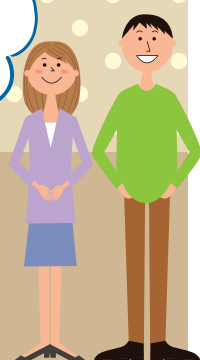
お申込み 1テーマにつき1回お申込みいただけます。
もう一度受たい場合は、受講後に改めてお申込みください。

**リピート
受講OK!**
何度でも繰り返し
ご受講できます。

受付開始：4月14日(金)～

Web申込みは
**24時間
受付**

お申込み・お問合せ
東京しごとセンター3階ヤングコーナー
☎ 03-5211-6351
[受付時間] 月～金曜日 9:00～20:00 / 土曜日 9:00～17:00
※日曜・祝日および年末年始(12/29～1/3)はお休みです。
※キャンセルの場合は、前日までにお電話をお願いいたします。
※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。



すぐに使える 就活講座

就活におすすめ! 受けたい講座から自由にピックアップ!

応募書類作成

企業への入口は書類選考。応募書類の基本やマナーを一緒に見直していきましょう!

- 書類選考の目的と採用担当者目線
- 知らなかった!...書類選考で落とされる理由
- 【ワーク】やってみよう! 応募書類作成



自己分析

等身大の自分を受け入れてくれる就職先と出会うために、自分を知ることから始めましょう!

- 自己分析の目的
- 【ワーク】自己分析シート
- 【ワーク】自分を形づくるエレメント



面接基礎講座

企業側の面接のリアルな目的を知ろう!
自己PRや志望動機を考えるのは、その後でOK!

- なぜ企業は面接をするの?...面接の本当の目的と、面接官の気持ち
- 「自己PR」「ガクチカ」から面接官が知りたいこと
- 「志望動機」から面接官が知りたいこと



求人情報の見方

企業の情報がたっぷり詰まっている求人票。企業研究のプロフェッショナル講師がわかりやすくレクチャー!

- ハローワーク求人票の見方
- 企業情報シートの見方
- 就職サイト求人の見方

コミュニケーションタイプ診断

自分のコミュニケーションタイプを知ると自分がわかる、人づきあいがラクになる!

- なぜ「合う人」と「合わない人」がいるの?
- 苦手なタイプとうまく付き合う方法
- 【ワーク】アサーティブコミュニケーション

ビジネスマナー

「知っている」から「できる」に変える、ビジネスマナー実技講座です。

- ビジネスマナーのキホン
- やってみよう! ビジネスマナー
- 【実技】面接会場での立ち居振る舞い

就活のすすめ方 × 職種の選び方

さあ就活! でも、何から始めたらいいの? 納得の就活のためのステップと、職種の選び方をわかりやすくお伝えします。

- ここから始めよう! 就職活動
- オドロキ! 職種ってこんなにあるの?!
- 未経験、適性、好き嫌い...選ぶ基準はどうする?

筆記試験SPI体験

SPIビギナーあつまれ! SPIの演習体験をしながら、ポイントやコツを解説します。

- 適性検査「SPI」の構成
- 各検査のポイント
- 【演習体験】やってみよう! SPI 5 科目



適職診断セミナー × カウンセリング

適職診断テストで客観的に自分をみてみよう。
診断結果は、キャリアコンサルタントがアドバイス!

- 適職とは...
- 適職診断テスト (チェックシート)
- カウンセリング



小論文

小論文ビギナーあつまれ! まずは問題文の意味を理解することからトレーニング。

- 小論文を通して企業が知りたいこと
- 書き方のポイント
- 【トレーニング】2 択! OK小論文、NG小論文

メンタルヘルス

ストレスや心の疲れのサインは?
がんばり過ぎないセルフケア講座です。

- ストレスサインとは
- 【ワーク】リラクゼーションエクササイズ
- 自分の考え方の傾向を知る

面接トレーニング〈模擬面接〉、
グループディスカッションは、
別チラシをご覧ください。



Web申込みは
24時間
受付

お申込み・お問合せ

東京しごとセンター3階ヤングコーナー

☎ 03-5211-6351

web予約 <https://tokyoshigoto-young.jp/>

※キャンセルの場合は、前日までにお電話をお願いいたします。



すぐに使える就活講座 検索

【新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止措置について】

- ① 参加にあたってはアルコール消毒液の活用、手洗い等の予防対策をお願いいたします。
 - ② 扉の開放や、参加者同士の間隔を空けるなどの予防対策を実施いたします。
 - ③ 37.5度以上の発熱、倦怠感(強いだるさ)、息苦しさ等の症状がある場合は参加をお控えください。
 - ④ 会場入口にて検温を実施しておりますので、ご協力をお願いいたします。
- ※なお、感染症対策については変更になる場合がございます。