

7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
受たいテーマを自由にお選びください。順番も自由自在!

- 4 火** 13:00~16:00 **自己分析** 就活は「自己分析」から!
- 6 木** 13:30~15:30 **面接基礎** ココロが軽くなる面接マインドセット
- 11 火** パール飯田橋ビル 13:30~15:30 **〈スペシャルプレゼント〉
アンガーマネジメント入門講座** ※詳しくは
- 12 水** 13:30~15:30 **応募書類作成と応募先からの電話・メール対応**
- 13 木** 16:00~19:00 **面接トレーニング〈模擬面接〉** **スーツ着用** ※詳しくは
- 19 水** TKPガーデンシティ渋谷 14:00~16:00 **〈セミナーGO!〉
20代のためのマナー&ライフ** ※詳しくは
- 22 土** 10:30~12:30 **メンタルヘルス** がんばり過ぎないセルフケア
- 25 火** 10:30~12:30 **求人情報の見方** 企業の選び方がわかる!
- 26 水** 13:10~15:10 **適職診断セミナー×カウンセリング**

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:6月15日(木)~

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! 受きたい講座から自由にピックアップ!

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



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

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
- 就職サイト求人見方

応募書類作成と

応募先からの電話・メール対応

書類選考通過! 企業から面接の連絡あり! でも、電話の受け答えや返信メールはどうしたらいいの? 応募書類作成から面接日程対応まで、全面サポート!

- 応募書類の書き方とチェックポイント
- 応募先からの電話対応
- 応募先へのメール返信



面接基礎講座〈マインドセット〉

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

面接トレーニング〈模擬面接〉

面接が苦手な人あつまれ! 模擬面接で、二人の面接官からフィードバック。自分の強みやPRポイントを再発見!

- 基礎講座
- 模擬面接2回
- フィードバック

※詳しくは別チラシをご覧ください。



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



アンガーマネジメント入門講座

「怒り」というストレスから自分を解放! 怒ってはいけない? いいえ、怒るべきか怒らないかを決める方法があります。

- 【セルフチェック】わたしの怒りの特徴
- 私たちを怒らせるものの正体
- 今すぐできる怒りの3つのコントロール

※詳しくは別チラシをご覧ください。

20代のためのマネー&ライフ

お金は大事、仕事も大事、プライベートも家族も大事! 20代の使うお金と貯めるお金とは?

- 人生の3大支出と生涯賃金
- 知ってよかった! 給付金
- 【ワーク】作ってみよう! ライフプラン

※詳しく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

※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。

web予約

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



就活講座

検索

