

10月

若者向け就活セミナー(学生から34歳以下の方)

東京都

東京しごとセンター
ヤングコーナー

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。

2

金

東京しごとセンター地下講堂
13:00~16:00

面接トレーニング(模擬面接)

▶受付開始:9/11(金)

スーツ
着用

※詳しくは



6

火

13:30~15:30

できてるつもりがあぶない面接マナー

スーツ
着用

8

木

16:30~18:30

いい企業の見つけ方

ここをチェック! 求人情報

14

水

11:00~13:00

何を書く? 応募書類作成のヒント

14:00~16:00

面接の緊張が軽くなるマインド講座

16

金

13:30~15:30

心理学でわかる!
自分の成功パターンと失敗パターン

※詳しくは



19

月

13:30~15:30

マイナス感情に振り回されない
ストレスマネジメント

※詳しくは



20

火

13:00~16:00

ミスマッチを防ぐ自己分析

志望動機と自己PRが自然に出てくる

22

木

10:00~12:00

いい企業の見つけ方

ここをチェック! 求人情報

24

土

13:30~15:30

簡潔に伝えるテクニック

伝え方モデルで相手に届く

※詳しくは



28

水

TKPガーデンシティ渋谷
14:00~16:00

New 感情を切り替える実践トレーニング

▶受付開始:10/7(水)

※詳しくは



30

金

16:30~18:30

何を書く? 応募書類作成のヒント

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。リピート
受講OK!同じテーマを何度でも
受講できます。
(申込受付は同じテーマを
受講した後から)

受付開始:9/15(火)~

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

TEL 03-5211-6351

【受付時間】平日:午前9時~午後8時 土曜:午前9時~午後5時

※日曜、祝日及び年末年始(12/29~1/3)休業

※お申込みをキャンセルされる場合は、前日までに電話での連絡をお願いします。

※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！ 受たい講座から自由にピックアップ！



東京都

東京しごとセンター
ヤングコーナー

ミスマッチを防ぐ自己分析

就活のミスマッチ、それは「自己分析不足」が原因かも。価値観・強み・働き方を整理して、後悔しない就活の軸をつくろう！

- 価値観ワーク：私が大切にしているものは？
- 好みと傾向ワーク：好きな事の何が好き？
- 志向ワーク：どんなふうに仕事がしたい？



いい企業の見つけ方

ライフプランに大きく関わる就職先。自分に合ったいい企業に出会うために、求人情報のあらゆる用語を解説！
自分が求める条件の企業を選べるようになります。

- あなたにとっていい企業とは？
- 早わかり！求人票読み解きワーク
- 間違えやすい要注意用語



何を書く？応募書類作成のヒント

書けるエピソードが見つからない人あつまれ！
それは書けないのではなく、集め方を知らないだけかも。
アドバイザーのナビゲーションでエピソードがどんどん出てくる！

- 応募書類で見られている視点
- 【ワーク】これなら書ける！自分のエピソード
- 【ワーク】何に使える？エピソードの仕分け



面接の緊張が軽くなる マインド講座

面接がこわい、不安、緊張してしまう人、あつまれ！面接は一方的に評価される場ではなく、自分と企業のマッチングの場。面接官経験の豊富な講師が面接のリアルとホンネをお伝えします。

- 【ワーク】面接官の目線、応募者の目線
- 面接官も緊張している!? 面接官のホンネと目的
- 【体験】リラックス面談



できてるつもりが あぶない面接マナー

自己流ですませがちな面接マナーを見直し、第一印象で差がつくポイントを実践的に練習。「できてるつもり」を防ぎ、本番に安心して臨める面接マナーを身につけます。

- 面接における第一印象の重要性
- ワーク：アドバイザー直接指導
…身だしなみ、あいさつ、笑顔で好感度アップ！
- 実技：始めと終わりが大切！入退室での印象アップ

簡潔に伝えるテクニック

面接、インターンシップ、職場、プレゼンテーションにも使える、分かりやすく相手に伝わるテクニックを学びます。
伝え方には“型”があった！

- 就活、職場で簡潔に伝えるメリット
- 【ワーク】PREP法、ホールパート法、STAR法
- 【ワーク】言い換え、リフレーミング



マイナス感情に振り回されない ストレスマネジメント

就活は緊張の連続…自分のストレスや心の疲れのサインに気がつくようになるための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
- ストレスを引き起こしやすい考え方



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、現役面接官の講師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。



心理学でわかる！ 自分の成功パターンと失敗パターン

過去の経験パターンが、就活や仕事の結果におよぼす“パターン意識”を大解明！成功パターンに導くセルフイメージのアップで就活がポジティブになる！

- 人間の行動プログラムのしくみ
- ビリーフ(信念)とセルフイメージ
- プラスに転換！セルフイメージ



New 感情を切り替える 実践トレーニング

TKP ガーデン
シティ渋谷

不安や落ち込みに引きずられない思考法を、ABCD理論のワークで実践的に習得。面接や就活の場面で感情を切り替え、安定して力を発揮できる自分をつくります。

- ミニ診断「自分の考え方のクセ」
- 【ワーク】感情を切り替える心理学
- 【ワーク】就活あるある感情切り替え



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
TEL 03-5211-6351

※お申込みをキャンセルされる場合は、前日までに電話での連絡をお願いします。

web申込み

https://tokyoshigoto-young.jp/seminar/seminar_cat1/syuukatu

すぐに使える就活講座

検索

