1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。
受けたいテーマを自由にお選びください。

8	金	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	
12	火	11:00～13:00	面接の緊張が軽くなるマインド講座		
14	木	13:30～15:30	New 面接会場でできる気持ちの整え方		※詳しくは
18	月	13:00～16:00	面接トレーニング（模擬面接） ▶受付開始：1/4（月）	スーツ着用	※詳しくは
19	火	13:30～15:30	New AIで魅力を言語化！『自分らしさ』が伝わる応募書類		※詳しくは
21	木	10:00～12:00	イイ企業の見つけ方	ここをチェック！求人情報	
22	金	13:30～15:30	コミュニケーションタイプ診断	人間関係、ちょっと心配…と思ったら	※詳しくは
23	土	13:30～15:30	簡潔に伝えるテクニック	伝え方を変えれば、もっと伝わる	※詳しくは
25	月	13:30～15:30	面接の緊張が軽くなるマインド講座		
		16:00～19:00	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	
26	火	13:00～16:00	New カジュアル面談セミナー＋模擬面談 ▶受付開始：1/12（火）		※詳しくは
30	土	13:00～16:00	New 迷いがスッと整理できるコーチング体験会 ①13:00 セミナー➡13:50 コーチング体験（14:30終了） ②13:00 セミナー➡13:50 休憩（食事OK）➡14:20コーチング体験（15:00終了） ③14:30 セミナー➡15:20 コーチング体験（16:00終了） ▶29歳以下対象（学生可）		※詳しくは

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：12/15（火）～





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。

Web申込みは24時間受付

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

就活におすすめ！ 受けたい講座から自由にピックアップ！

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？



イイ企業の見つけ方

ライフプランに大きく関わる就職先。自分に合ったイイ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れます。

- あなたにとってイイ企業とは？
- 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



New AIで魅力を言語化！『自分らしさ』が伝わる応募書類

AIに任せてホントに選考を突破できる?!
自分の経験や強みを掘り起こし、AIとアドバイザーを活用して、「自分らしい」履歴書・ESをつくる実践型講座です。

- なぜ採用担当者は AI が作ったとわかるのか
- AI 活用の応募書類ビフォーアフター
- 【ワーク】自分らしさプラス！エピソードの素材集め



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



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、分かりやすくて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



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。



New カジュアル面談セミナー＋模擬面談

カジュアル面談は、“選考の入口”。カジュアル面談の基本から企業側の目的、見られているポイントをわかりやすく解説。よくある質問への答え方や、構えすぎない自然な受け答えのコツも身につけます。

- カジュアル面談ってなに？
- 企業はここを見ている
- カジュアル模擬面談（実践+フィードバック）



コミュニケーションタイプ診断

コミュニケーションにはタイプがある？！
自分のスタイルを知って、相手のスタイルも理解できるから、人間関係がスムーズになる！

- コミュニケーションタイプとは…
- なぜ合う人と合わない人がいるの？
- 人づきあいをラクにするコミュニケーション



New 面接会場でできる気持ちの整え方

面接直前の不安や緊張を整える講座です。会場で実践できるルーチンを通して、自分に合った落ち着き方と、必要以上に不安にならない考え方を身につけます。

- 緊張の正体を知る
- 【ワーク】気持ちを整える3ステップ
- 【ワーク】自分に効くスイッチはこれだ



New 迷いがスッと整理できるコーチング体験会

※29歳以下対象（学生可）

就活の迷いや不安を整理し、自分の“本当の答え”に気づく体験型講座。プロコーチとの個別コーチング付き。

- 自分の「思考のクセ」を知る
- 感覚タイプ診断
- 個別コーチング体験



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