

もっと効果的に就職や転職で成功したい、そんなあなたに お勧めのセミナーです。

## ハローワーク求職活動 認定対象セミナー

(受講者には**就職活動証明書**を発行いたします)

日程・会場	時間	セミナー名/講座内容
<b>10/3(木)</b> 会議室3-1 定員 15名	10:00 ~11:30	<b>職場で活かせる 個人情報取扱のキホン</b> そもそも個人情報とは何か？ どんな事に注意が必要か？ 事務職だけでなく様々な職種で個人情報を扱います。 仕事中のアクシデント防止のポイントを学んでいきます。
	13:00 ~14:30	<b>マインドセットを活用したキャリアチェンジ</b> 未経験の業種への転職に不安はありませんか？ 柔軟な考え方で仕事の選択肢を増やしてみませんか。
<b>10/9(水)</b> 会議室4-1 定員 15名	10:00 ~11:30	<b>心穏やかに過ごすための感情のコントロール</b> 家庭や職場で、ついついイライラする時ってありますね、、、 アングァー(怒り)の感情を分析することで感情をコントロールする術を学びます。
	13:00 ~14:30	<b>心穏やかに過ごすためのストレスケア</b> そもそも、ストレスとは何か？ 原因を理解することでストレスとの関わり方を学びます。
<b>10/17(木)</b> 会議室4-1 定員 15名	10:00 ~11:30	<b>履歴書/面接 ワンポイントアドバイス</b> 履歴書の基本と、ちょっとしたコツで見栄えのよくなる記入方法や、面接時に好印象を与えるコツを 民間で25年間採用人事に関わったキャリアカウンセラーが実例を交えながら具体的にお教えします。
	13:00 ~14:30	<b>エゴグラムから知る自己分析の入り口</b> 自身の性格を客観的に知ることは、自己分析において重要な要素です。 個人とチームの交流分析を学んでいきます。
<b>10/23(水)</b> オンライン限定 10/21(月)締切	10:00 ~11:30	<b>心穏やかに過ごすためのストレスケア</b> そもそも、ストレスとは何か？ 原因を理解することでストレスとの関わり方を学びます。 ※就職活動証明書は、後日PDFデータでメールにてお送りいたします。
<b>10/24(木)</b> 会議室4-1 定員 15名	10:00 ~11:30	<b>職場で活かせる 個人情報取扱のキホン</b> そもそも個人情報とは何か？ どんな事に注意が必要か？ 事務職だけでなく様々な職種で個人情報を扱います。 仕事中のアクシデント防止のポイントを学んでいきます。
	13:00 ~14:30	<b>好印象を与える 傾聴力と会話力up</b> キャリアカウンセラーが聴くチカラを高める方法を分かりやすくご説明します。 コミュニケーションや信頼関係の向上について学んでいきます。

お申込みはコチラから



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、体調不良がみられる場合は来所をお控えください。  
また、感染状況等を考慮し、開催中止や変更になる場合がございますのでご了承ください。

**【お申込み・お問合せ】** 開催前日までの事前予約制  
オンライン受講は2日前締切

**北京都ジョブパーク JPカレッジ**

**0773-22-3815**

福知山市駅前町400 市民交流プラザふくちやま4階  
受付時間：月曜～木曜9:00～17:00 金曜9:00～19:00  
E-mail/ hokubuseminar@kyoto-jobpark.jp  
主催/北京都ジョブパーク 福知山市

あなたの就活、応援します！  
ひとりでがんばらなくていい。一緒に考えよう！

会場：市民交流プラザふくちやま  
(アクセス：JR福知山駅(北口)目の前)

保育ルーム  
無料(要予約)

★オンライン受講をお申込みの方は、セミナー名欄のQRコード  
から予約をお願いします。開催当日までにメールにてセミナー参加  
用のオンラインIDとパスワードをお伝えします。

もっと効果的に就職や転職で成功したい、そんなあなたに お勧めのセミナーです。

In 綾部

## ハローワーク求職活動 認定対象セミナー

(受講者には**就職活動証明書**を発行いたします)

<来所> セミナー会場：ハローワーク綾部 (福知山公共職業安定所 綾部出張所)会議室 各回定員 15名

日程	時間	セミナー名/講座内容
<b>10/29(火)</b>	14:00 ~15:30	<b>心穏やかに過ごすための感情のコントロール</b> 家庭や職場で、ついついイライラする時ってありますね、、、 アンガー(怒り)の感情を分析することで感情をコントロールする術を学びます。

## <WEB>

日程	時間	セミナー名/講座内容
<b>10/23(水)</b> オンライン限定 10/21(月)締切	10:00 ~11:30	<b>心穏やかに過ごすためのストレスケア</b> そもそも、ストレスとは何か？ 原因を理解することでストレスとの関わり方を学びます。 ※求職活動証明書は、後日PDFデータでメールにてお送りいたします。

お申込みはコチラから



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、発熱やせき、体のだるさ等の体調不良がみられる場合は来所をお控えください。  
また、感染状況等を考慮し、開催中止になる場合がございますのでご了承ください。

北京都ジョブパークでは就職活動の入口から出口までをワンストップで支援しています。  
セミナー以外にも随時、個別カウンセリング・面接・応募書類に関する個別相談を承っております。是非、お気軽にご相談くださいませ。



【お申込み・お問合せ】 開催前日までの事前予約制  
オンライン受講は2日前締切

北京都ジョブパーク JPカレッジ

☎ **0773-22-3815**

福知山市駅前町400 市民交流プラザふくちやま4階  
受付時間：月曜～木曜9:00～17:00 金曜9:00～19:00  
E-mail/ hokubuseminar@kyoto-jobpark.jp

主催/北京都ジョブパーク

あなたの就活、応援します！  
ひとりではがんばらなくていい。一緒に考えよう！

★オンライン受講をお申込みの方は、セミナー名欄のQRコードから予約をお願いします。開催当日までにメールにてセミナー参加用のオンラインIDとパスワードをお伝えします。