

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>3/2(月)</b> 会議室4-1 定員 15名	10:00 ～11:30	<b>コミュニケーションup “伝え方と聴き方”</b> 会話を高めることで、コミュニケーション向上につながるポイントを学びます。
	13:00 ～14:30	<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実例を交えながら具体的にお教えします。
<b>3/6(金)</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。
	13:00 ～14:30	<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。
<b>3/13(金)</b> 会議室4-1 定員 15名	10:00 ～11:30	<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。
	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>3/12(木)</b> オンライン限定 3/10(火)締切	①10:00 ～11:30 ②13:00 ～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考え、 ネガティブな視点をポジティブに捉える方法を学びます。 

お申込みはコチラから

1



2



※就職活動証明書は、後日PDFデータでお送りします。

**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！**

オンラインお申込方法は、「ジョブこねっと」検索からでもできます。オンライン初受講の方は、ログイン前に「新規会員登録」からお申込ください。

体調不良がみられる場合は来所をお控えください。また諸事情により、開催内容が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

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①QRコード（二次元バーコード）からの予約申込と  
②求人求職サイト「ジョブこねっと」検索からの予約申込ができます。

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

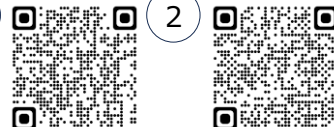
各回定員 15名

日程	時間	セミナー名/講座内容
<b>3/11 (水)</b>	14:00 ～15:30	<b>職場で活かせる ビジネスルールのキホン</b> そもそもルールとは何か？どんな事に注意が必要か？ 仕事で役立つルールのポイントを学んでいきます。

### <WEB>

日程	時間	セミナー名/講座内容
<b>3/12(木)</b> オンライン限定 3/10(火)締切	①10:00 ～11:30 ②13:00 ～14:30	<b>心穏やかに過ごすためのストレスケア</b> ① ② 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考え、 ネガティブな視点をポジティブに捉える方法を学びます。 

お申込みはコチラから



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。



体調不良がみられる場合は来所をお控えください。また諸事情により、開催内容が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

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！

オンライン受講をお申込みの方は、  
セミナー名欄の①QRコード（二次元バーコード）からの予約申込と  
②求人求職サイト「ジョブこねっと」検索からの予約申込ができます。