

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
5/1(金) アトリJ 定員 15名	10:00 ~11:30	<b>好印象！私も相手も大事にするコミュニケーションup ～アサーティブに伝える～</b> ついつい我慢して、言いたいことを伝えられない。相手に頼まれたら断れない。お互いを大事にしながらの自己主張の方法を学びます。
	13:00 ~14:30	<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。
5/13(水) 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。
	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。 就活中だけでなく転職後にも活かせる心構えを考えていきます。
5/19(火) 会議室4-2 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。
	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。
5/20(水) 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> 会話力を高めることで、コミュニケーション向上につなげるポイントを学びます。
	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。
5/27(水) オンライン限定 5/25(月)締切	①10:00 ~11:30 ②13:00 ~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。 

お申込みはコチラから



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！

**【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

**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)

**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

オンライン受講のお申込み方法は、2タイプあります。

①セミナー名欄のQRコード(二次元バーコード)から予約申込できる。

②求人求職サイト「ジョブこねっと」検索から予約申込できる。

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。