

求職活動の対象となるセミナーです。

2021年

4・5・6月

コミュニケーション力や
ストレス耐性を身につけよう！

答えのない就活をあなたと共に考えます
京都 ジョブパーク
株式会社ジョブパーク

京都JPカレッジ セミナー in 舞鶴

会場 ジョブ・サポートまいづる 舞鶴市字浜66番地 舞鶴市商工観光センター 4階

定員 5名(前日までの予約制) ※遅刻・無断欠席は、他の受講者のご迷惑になりますので、
ご遠慮ください。

日程	セミナー名	時間
4月8日 (木)	信頼を築く <話の聴き方>	10:00~12:00
	現状を改善する視点の持ち方	13:00~15:00
4月22日 (木)	こころの柔軟性<他者との違いを理解する>	10:00~12:00
	チームになじむ協働力	13:00~15:00
5月13日 (木)	ストレスとの上手な付き合い方	10:00~12:00
	伝わる話し方	13:00~15:00
5月27日 (木)	今さら聞けない敬語の基本	10:00~12:00
	コンプライアンスの基本を知る	13:00~15:00
6月10日 (木)	ストレスケアのためのポジティブ思考	10:00~12:00
	基本マナー<ビジネスマナー編>	13:00~15:00
6月24日 (木)	電話トレーニング<基礎編>	10:00~12:00
	相手をホめるチカラ	13:00~15:00



受講無料
セミナー概要は裏面をご覧ください

セミナーは、ひとつからでもお申込みできます。下記までお電話の上、ご予約ください。

受講には北京都ジョブパークおよびジョブ・サポートまいづるへの登録が必要です。(当日、会場での登録も可)

お申込み
お問合せ

北京都ジョブパーク JPカレッジコーナー

TEL. 0773-22-8504

福知山市駅前町400 市民交流プラザふくちやま4階

ジョブ・サポートまいづる

TEL. 0773-63-0810

舞鶴市字浜66番地 舞鶴市商工観光センター4階

受付時間: 月~金/9:00~17:00(土・日・祝日および年末年始は休み)
※お預かりした個人情報は、本事業実施以外の目的には使用いたしません。

主催: 北京都ジョブパーク・舞鶴市

カリキュラム概要

ご希望のセミナーを選んでお申込みください。

セミナー名	内容
信頼を築く<話の聴き方>	コミュニケーション力向上の第一歩！「聴き上手」になるために、話を聴く姿勢や態度、あいづち等、相手が話しやすくなる聴き方を学びます。
現状を改善する視点の持ち方	課題発見力は、将来「あるべき姿」と「現状」のギャップを明確にする未来志向のスキルです。ワークや事例検討を通して、課題を見つける3つの視点と課題解決の流れを学びます。
こころの柔軟性<他者との違いを理解する>	他人との意見や立場の違いを理解し、柔軟に対応する力を養います。相手の意見を理解した上で柔軟に対応する考え方のコツを、ワークを通して学びます。
チームになじむ協働力	事例検討を通して、周りの状況を把握できているか否かを考えます。登場人物の役割の違いを理解し、チームの中でスムーズに馴染んで仕事をするための考え方を学びます。
ストレスとの上手な付き合い方	ストレスとの上手な付き合い方を学ぶセミナーです。メンタルヘルスの知識や、ストレスに強い体の基本、対処の方法を紹介します。
伝わる話し方	自分の考えや意見を相手に分かり易く伝える方法を学びます。自己紹介の時の的確に話すコツや、相手の話を上手にまとめて第三者に伝える練習をします。
今さら聞けない敬語の基本	敬語の分類で言葉遣いの違いを学び、企業訪問時の言葉遣いや電話対応の基本のワークで、仕事に役立つ敬語の基本を学びます。
コンプライアンスの基本を知る	社会のルールや約束を守る重要性に加え、自らを律して行動する姿勢を学びます。機密情報や個人情報の取り扱い等、企業で遵守すべきことや不祥事が起きた際のリスクも理解します。
ストレスケアのためのポジティブ思考	ストレスの溜まりにくい考え方をペアワーク等を通して学びます。ポジティブな思考を持つための視点を知ることで、ストレス耐性を高めます。
基本マナー<ビジネスマナー編>	身だしなみの考え方やお辞儀の仕方等、基本的なビジネスマナーを学びます。ペアで練習を行うことで、相手にどう伝わるかを確認します。
電話トレーニング<基礎編>	仕事では欠かせない電話の受け方、かけ方の基本を学び、確認します。どんな仕事でも通用する電話の基本をしっかり学べるセミナーです。
相手をホめるチカラ	「褒める」ということは相手の良いところに気付き、認める行為であり、人間関係を円滑にします。このセミナーではワークを通して上手に褒めるコツを学びます。

こんな方に おすすめ

- 「面接で緊張して上手く話せないから人としゃべる練習がしたい！」
- 「お客さまや上司・先輩ときちんとコミュニケーションを取れるようになりたい！」
- 「自分のことは自分で考えてしっかり行動できるようになりたい！」
- 「困ったことがあっても、逃げずに前向きに取り組み、計画的に行動していきたい。」
- 「ストレスに負けずに、上手くストレスと付き合いながら忍耐強く頑張りたい！」

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため

※定員縮小あるいは中止又は延期になる場合があります。

※マスク着用でご来場願います。

※発熱等の風邪症状がみられる場合は、受講を見合わせてください。(状況によっては受講をお断りすることがあります。)

