

対象：49歳までの就職活動中の方



すぐに使える！すぐに役立つ！

# 9月 就活力アップセミナー

就職活動中の方向けに、就活に役立つさまざまなテーマを集めました！  
受けたいテーマを自由にお選びください。1回から参加OK！

月	火	水	木	金	土	日
				1 適職発見！ 10:30~12:00	2	3
4 コミュニケーション力UP 10:30~12:00	5	6	7	8	9	10
11	12	13 就活ペン字 14:00~15:30	14	15 働くときに役立つ労働法 14:00~15:30	16	17
18 休館日	19	20 基本のビジネスマナー 14:00~15:30	21	22	23	24
25	26	27 ストレスマネジメント 14:00~15:30	28	29	30	

場所

神戸市青少年会館

〒650-0044

神戸市中央区東川崎町1丁目3-3 ハーバーセンター5階

持ち物

筆記用具

定員

各8名程度

服装自由

参加無料

雇用保険受給中の方へ  
就職活動証明書の発行が可能です。  
発行希望の方は事前にお伝えください。

お申し込み

1テーマにつき1回お申し込みいただけます

※前日17時までに事前予約ください。

お問い合わせ・お申し込み先

こうべ若者サポートステーション【厚生労働省事業】

(運営：一般社団法人キャリアエール)

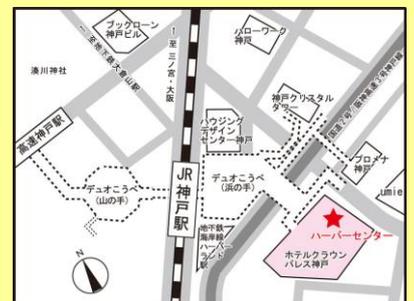
HPもチェックしてね↓

☎ 078-335-5630

HP <https://career-yell.jp/kobe/>

Mail [k-sapo@career-yell.jp](mailto:k-sapo@career-yell.jp)

月~土 9:30~18:00 (第3月曜・祝日・年末年始除く)



JR神戸駅より徒歩5分



すぐに使える！すぐに役立つ！

# 就活力アップセミナー



## 基本のマナー講座～ビジネスマナー編～

社会人として働く上で必要とされる基本的なマナーを見直すチャンスです。



- 第一印象から始めよう
- 挨拶のマナー
- 社会人らしい言葉遣いと電話対応

## 適職発見！

どんな仕事に向いているのか知りたい人向けのセミナーです。キャリア理論に基づいて、自分にあった仕事客観的に分かります。

- 『適職』と『天職』の違い
- 充実する仕事のメカニズムとは
- 職業エリアから見る適職の6タイプ



## ストレスマネジメント

がんばりすぎて、疲れていませんか？  
こころとカラダを軽くするためのセミナーです。

- ストレスとの上手なつき合い方
- ストレス対処を身につける
- リラクゼーションワーク



## 働くときに役立つ労働法

多様な働き方がある今だからこそ、ミスマッチや早期離職を防ぎ、安心して働くための法律の知識を分かりやすくお伝えします。

- ブラック企業とは
- 入社時、退社時に確認しておきたいこと
- ライフワークバランスについて



## コミュニケーション力UP

『カラーカード』を使って、自分の特性を知ることで、コミュニケーションのスキルアップに役立てましょう。

- サブジェクトカラーとは
- 4つの行動特性と性格分析
- コミュニケーションパターンと生かし方



## 応募書類の印象をよくする就活ペン字

応募書類の宛名やお礼状など手書きの機会に自信を持って書けるよう文字の基本を見直します。

- 丁寧に見える文字のコツ
- 基本の書き方
- 宛名書きトレーニング

【持ち物】  
0.5mm以上の書きなれたペン

## 気軽にストレスチェック

ストレスチェックは、心身の状態を知る手がかりのひとつです。ストレス耐性や傾向を知って、就職活動に役立てましょう。

- ストレスチェックシート
- ストレス傾向と耐性
- これからの就職活動にむけて

個別対応

## キャリア相談（個別相談）

希望の就職をするために何から始めればいいのか、就職までのステップをキャリアコンサルタントと一緒に考えていきます。

- 応募書類（志望動機・自己PRなど）の準備、添削
- 面接対策やトレーニング
- 希望する働き方や適職の相談

## 心理相談（個別相談）

随時受付中

『働くためのこころの問題』で困っているときに相談できます。臨床心理士等の専門スタッフが対応します。

- ブランクが空いていて面接が不安・・・
- コミュニケーションが苦手・・・
- 就職活動に気持ちの切り替えができない



お問い合わせ・お申し込み先

☎078-335-5630

こうべ若者サポートステーション【厚生労働省事業】

（運営：一般社団法人キャリアエール）

HP <https://career-yell.jp/kobe/>

HPもチェックしてね→

✉ [k-sapo@career-yell.jp](mailto:k-sapo@career-yell.jp)

月～土 9:30～18:00（第3月曜・祝日・年末年始除く）



【来所時のお願い】

①来所時には事前に必ず検温していただき、発熱（37.5℃以上）や風邪症状（喉の痛み、咳、鼻水、頭痛など）、息苦しさや倦怠感がある場合には無理して来所せず、ご連絡ください。

②来所時は必ずマスクを着用、手指消毒にご協力ください。

③キャンセルされる場合は、前日までにお電話でご連絡をお願い致します。