

まずはココから！

参加  
無料

要予約

単発  
受講OK

# 就活

# セミナーズ



「就活が初めて」「何をすれば良いのかわからない」「一人で自信がない」という方はいませんか。  
3か月間を1クールとして、ステップアップしながら就活に必要な内容をしっかり学べるセミナーを実施します！  
単発で受けても◎、通しで受けても◎、自分にとって必要なセミナーを自由に選ぶことができます。  
「自分らしく働くこと」に向けて、**まずはココから**始めましょう！

**対象** 就職を希望する49歳までの方  
※現在無業状態の方、または週の労働時間が20時間未満の方

**定員** 各セミナー 8名

**申込方法** 電話・来所・WEB



**会場** 西宮市立勤労会館 会議室

**備考**

- ・3か月間の全ての講座、または希望の講座のみをあなたのペースに合わせて受講していただけます。
- ・セミナー受講にあたり西宮若者サポートステーションへの利用登録が必要です。  
西宮若者サポートステーションのご利用が初めての方は、講座開始15分前にお越しください。
- ・この講座は求職活動証明の対象となります。  
証明書が必要な方は、事前にお申し出ください。

講座内容は  
裏面をチェック！

【お申込み・お問い合わせ】

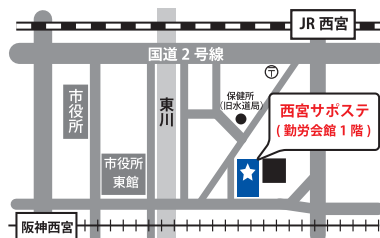
## 西宮若者サポートステーション

運営：一般社団法人キャリアエール

**TEL:0798-31-5951**

**開所日** 月～金・第2土曜 9:30～18:00

**休所日** 土(第2土曜を除く)・日祝・年末年始



HPは  
コチラ！

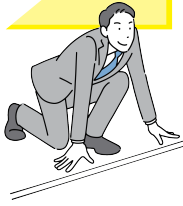


西宮市松原町2番37号 西宮市立勤労会館1階

# 講座開講スケジュール

最初は誰もが自信がなく不安なもの、まずはキホンを押さえて一步踏み出そう！

## 就活初期



### 就活キホンのキ

4/15(月) 13:00 ~ 14:30

就活って何から始めたら良いの？そんなギモンを解決しましょう。就活の大事なポイントが分かります。

### はじめの一步A ～リフレーミング～

4/23(火) 13:00 ~ 15:00



仲間と一緒に「気持ち」を知り、「らしさ(良い面)」を発見し合うプログラムです。

詳細は紹介動画をチェック！



※『はじめの一步A&B』はリクルート提供のプログラムです。



### はじめの一步B ～ペーパータワー～

4/26(金) 13:00 ~ 15:00



仲間と一緒に共同作業に取り組み「らしさ」を見つけ合うプログラムです。

詳細は紹介動画をチェック！



### ストレスマネジメント

4/30(火) 13:00 ~ 14:30

就活に不安を感じる人がいるかもしれません。そんなストレスをコントロールする方法を覚えて、気持ちを楽にしましょう。

## 就活中期



コミュニカアップで自信をつけて、自分と向き合いながら仕事選びの軸を作ろう！

### コミュニカアップ ～アサーション～

5/7(火) 13:00 ~ 14:30



相手も自分も尊重する主張表現を学びます。アサーションで良好な人間関係を築きましょう。

### コミュニカアップ～報連相～

5/9(木) 13:00 ~ 15:00

『報告・連絡・相談のポイント』『上手なコミュニケーションのための話し方・聴き方』を一緒に学びます。



### 価値観発見

5/14(火) 13:00 ~ 14:30



あなたが働く上で大切にしたい価値観をカードを使って楽しく発見しましょう。

### VPI 職業興味検査

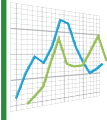
5/21(火) 13:00 ~ 14:30



160の職業に対して自分の興味・関心の有無を回答する検査で、興味の領域や心理傾向が分かります。

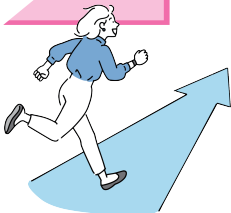
### 性格分析

5/28(火) 13:00 ~ 14:30



エゴグラムシートを使って、自分の考え方のクセや性格を理解することで、就活や就職に役立てましょう。

## 就活後期



いよいよラストスパート！実践的なスキルを身に付けて内定を勝ち取ろう！

### 応募書類作成のポイント

6/11(火) 13:00 ~ 15:00

履歴書・職務経歴書のイロハを一緒に楽しく学んでみませんか？

基本を押さえて「あなたらしさ」が伝わる書類に仕上げましょう。



### 面接マナー～基礎～

6/18(火) 13:00 ~ 14:30



マナーの五大要素(身だしなみ・言葉遣いなど)を学び良い第一印象で就活を行いましょう。

### 面接マナー～実践～

6/20(木) 13:00 ~ 14:30

面接練習は繰り返すことが何よりも大切です。面接のロープレを行うことで、本番に自信を持って臨めるよう準備しましょう。



### ビジネスマナー～電話対応～

6/24(月) 13:00 ~ 14:30



電話が苦手な方必見！簡単なロープレで基本の対応と一緒に練習しませんか？

### ビジネスマナー～メール作成～

6/28(金) 13:00 ~ 14:30



入社後も役立つ！メールのマナーや読み手に伝わりやすい文章作成のコツが学べます。