

東京しごとセンターミドルコーナー実施セミナースケジュール表  
(ミドルコーナーご利用者向け)

&lt;2月開催&gt;

&lt;予約受付は 1月14日(金)より&gt;

申込方法	セミナー名	ご案内
<b>直接申込</b> ・P-Jobマイページ ・セミナー受付ブース ・セミナー受付TEL (03-3265-8904)	・求職活動支援セミナー①～⑤ ・ミニセミナー ・キャリアデザイン研修 ・コミュニケーション研修	・求職活動支援セミナー①～⑤、ミニセミナーはこのチラシ裏面をご確認ください。 ・キャリアデザイン研修、コミュニケーション研修については、各セミナーチラシをご確認ください。
<b>アドバイザー 経由申込</b> <b>※ 対象者別研修のため 直接申込はできません</b>	＊就活ギアチェンジセミナー ＊短期集中プログラム ＊Web面接対策 9:30 / 10:50 ＊ライフ・マネープランセミナー ＊在職者向け土曜セミナー ＊キャリアチェンジ支援プログラムセミナー ＊就活エクスプレス	・左記7つのセミナーについては、各セミナーチラシをご確認ください。 ・<在職者向け>セミナーは、3か月ごと(3月・6月・9月・12月)に3か月分のスケジュール公開及び予約受付を行っています。 ・対象者別研修として対象者に合わせた内容になっています。 ・受講条件確認を担当アドバイザーが行うため、 <b>お申し込み希望の方は担当アドバイザーへご相談ください。</b>

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
1月31日	2月1日	2月2日	2月3日	2月4日	2月5日
	②応募書類作成ポイント (10:00～12:00)	<オンラインセミナー> ＊Web面接対策 (9:30～10:30)	<オンラインセミナー> キャリアデザイン1日目 (10:00～16:00)	対象/全ご利用者対象 キャリアデザイン2日目 (10:00～16:00)	⑤受けたい求人を探すコツ (13:00～14:30)
	③面接のポイント (13:00～14:30)	<オンラインセミナー> ＊Web面接対策 (10:50～11:50)	＊就活ギアチェンジ セミナー A (10:00～16:00)		＊<在職者向け> キャリアデザインセミナー (13:00～16:00)
	④面接対応力アップ (15:00～17:00)		①就職活動を成功させる ポイント (18:00～20:00)		
	＊キャリアチェンジ支援プログラムセミナー			＊キャリアチェンジ支援 プログラムセミナー	
	＊就活エクスプレス 通職探索コース(1/31-2/4)				
2月7日	2月8日	2月9日	2月10日	2月11日	2月12日
＊就活ギアチェンジ セミナー B (10:00～16:00)	②応募書類作成ポイント (10:00～12:00)	コミュニケーション 1日目 (10:00～16:00)	コミュニケーション (10:00～16:00)	<b>休館</b> <b>(建国記念日)</b>	＊<在職者向け> ビジネススキルアップ研修 (13:00～16:00)
＊短期集中プログラムAJ-ス 【1日目のみオンライン開催】 (13:00～16:00)	③面接のポイント (13:00～14:30)	＊短期集中プログラムBJ-ス 【1日目のみオンライン開催】 (9:30～12:30)	②応募書類作成ポイント (18:00～20:00)		
①就職活動を成功させる ポイント (13:00～15:00)	④面接対応力アップ (15:00～17:00)	<オンラインセミナー> ＊Web面接対策 (9:30～10:30)			
⑤受けたい求人を探すコツ (15:30～17:00)		<オンラインセミナー> ＊Web面接対策 (10:50～11:50)			
＊就活エクスプレス 就活実践コース					
2月14日	2月15日	2月16日	2月17日	2月18日	2月19日
対象/45-54歳のご利用者 ＊ライフ・マネープラン (10:00～16:00)	対象/30-44歳のご利用者 ＊ライフ・マネープラン (10:00～16:00)	<オンラインセミナー> ＊Web面接対策 (9:30～10:30)	対象/ミドルコーナーご利用の女性の方 キャリアデザイン1日目 (10:00～16:00)	キャリアデザイン2日目 (10:00～16:00)	④面接対応力アップ (13:00～15:00)
①就職活動を成功させる ポイント (13:00～15:00)	②応募書類作成ポイント (10:00～12:00)	<オンラインセミナー> ＊Web面接対策 (10:50～11:50)	③面接のポイント (18:00～19:30)	ミニセミナー自己PR文 (13:30～15:30)	＊<在職者向け> 就職活動支援土曜セミナー (13:00～16:00)
⑤受けたい求人を探すコツ (15:30～17:00)	③面接のポイント (13:00～14:30)	＊短期集中プログラム2日目 AJ-ス (13:30～17:00) BJ-ス (9:30～13:00)			
	④面接対応力アップ (15:00～17:00)				
2月21日	2月22日	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日
<オンラインセミナー> ＊Web面接対策 (9:30～10:30)	②応募書類作成ポイント (10:00～12:00)	<b>休館</b> <b>(天皇誕生日)</b>	<オンラインセミナー> コミュニケーション1日目 (10:00～16:00)		①就職活動を成功させる ポイント (13:00～15:00)
<オンラインセミナー> ＊Web面接対策 (10:50～11:50)	③面接のポイント (13:00～14:30)		コミュニケーション2日目 (10:00～16:00)		
＊短期集中プログラム3日目 AJ-ス (13:30～17:00) BJ-ス (9:30～13:00)	④面接対応力アップ (15:00～17:00)		④面接対応力アップ (18:00～20:00)		
①就職活動を成功させる ポイント (13:00～15:00)					
⑤受けたい求人を探すコツ (15:30～17:00)			＊キャリアチェンジ支援 プログラムセミナー		
2月28日					
＊短期集中プログラム4日目 AJ-ス (13:30～17:00) BJ-ス (9:30～13:00)				*	⇒ アドバイザー経由申込 ⇒ グループワークあり

<災害等やむを得ない事情により、中止や延期になることがあります。尚、中止・延期の際は、東京しごとセンターホームページ等でお知らせします。>

## 求職活動支援セミナー

会場：東京しごとセンター 5階 多目的室

- 就職活動に必要な基本事項を、事例を交えた講義やロールプレイングなどで実践的に学習できます
- セミナー④「面接対応力アップ」を受講する場合、セミナー③「面接のポイント」を先にご受講いただくことをお勧めします  
(※ セミナー③のみ、④のみでも受講は可能です)
- 同一セミナーのお申込は、1回につき1講座となります。セミナー受講後に次回の講座をお申込ください。(複数回の受講は可)

対象者		再就職を希望する方はどなたでもご参加いただけます。④以外は講義型の講座となります	
種類	セミナー名	テーマ	主な内容
準備	①就職成功のポイント	・就職活動失敗、成功の要因 ・自己理解と目標設定	I. 就職活動スタートに当たっての『心構え』を知る II. 自己理解により就職への目標・方向を見つけ希望就業条件の優先付けをする
書類	②応募書類作成ポイント	・効果的な応募書類の作り方	I. 応募書類の三点セット(履歴書・職務経歴書・添え状)について具体的な作成方法のポイントを学ぶ II. 職務経歴書作成のためにキャリアの棚卸しを学ぶ
面接	③面接のポイント	・面接のポイントとよく出る質問	I. 面接の目的とは何か。準備の必要性を知る(ビデオ視聴あり) II. 面接によく出る質問への対応方法を学ぶ
	④面接対応力アップ	・面接実践練習	I. セミナー③で学んだ面接のポイントを実際にやってみる * 面接の実践練習(ロールプレイ) 受講者同士でグループを組みロールプレイを行い、面接準備の必要性を身体で理解する
求人	⑤受けたい求人を探すコツ	・求人情報の具体的な探し方と応募を増やすコツ	I. 求人情報の種類と具体的な検索方法や求人情報のチェックポイント、応募方法を学ぶ II. 潜在求人への応募方法を知る

【上記セミナーのうち①②③⑤は動画版もあります。下段、<動画視聴のご案内>を参考ください】 ※④は来所受講のみになります

## ミニセミナー

会場：アリビオ九段ビル 9階

\* 上記に加え、さらにもっと内容を深めたい方を対象とします(受講は1回のみ/再受講はできません)

種類	セミナー名	テーマ	受講会場案内
書類	<b>面接チャンスを増やす自己PR文の書き方</b>  <b>&lt;会場&gt;</b> アリビオ九段ビル 9階 東京都千代田区九段北 1-6-1 (1階にニッポンレンタカーが入っているビルです)  <b>【最寄駅】</b> 東京メトロ 九段下駅 (5番出口より徒歩2-3分)  ※東京しごとセンターとは別のビルになります	・自己アピールの強化と差別化採用担当者が面接で「是非会ってみたい」と思う自己PR文の書き方を指導します	
		<b>対象者</b> I. 応募職種が決まっている方 II. 応募書類(職務経歴書)が作成済みの方 ・求職活動支援セミナー②「応募書類作成ポイント」を受講後のご予約をお勧めします	

### <セミナー予約のご案内>

P-Jobマイページからセミナーの申込・キャンセルを受付できます!(直接申込セミナーのみ)

※ アドサイザー経由セミナーにつきましては、キャンセルのみP-Jobマイページで承ります。

※ 事前に東京しごとセンター ミドルコーナーへのご登録(初回カウンセリング面談)をお願いします ※

- ◆ ミドルコーナー【セミナー予約受付】にて対応します。  
P-Jobマイページからお申込みいただくか、来所または電話でお問い合わせください(TEL: 03-3265-8904)
- ◆ 確実に参加できる日程で予約してください ◆ 定員になり次第、受付を終了します(キャンセル待ち予約はできません)  
◎キャンセルされる場合は、できるだけ早くご連絡ください。  
◎キャンセルが発生した枠については、随時再申込を受付します(キャンセル待ち受付はしません)

### <動画視聴のご案内>

- ◆ 申込前にP-Jobのマイページにメールアドレスを登録を完了し、メールアドレスを【連絡可】にしてください。
  - ◆ P-Jobマイページからお申込みいただくか、来所または電話でお問い合わせください(TEL: 03-3265-8904)
  - ◆ 申込後、P-Jobに登録したメールアドレスに送信される【申込受付完了】メール内に、視聴先URLをご案内します。
- ※注意事項: メンテナンスのため毎月末1週間程度、視聴できない期間があります。ご了承ください。