

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;12月開催&gt;

&lt;予約受付は11月16日(月)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 ・就職氷河期世代対象セミナー	・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、コミュニケーション研修、就職氷河期世代対象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。
<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 ＊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 ＊ライフ・マネープランセミナー	・左記6つのセミナーについては、申込開始日が上記以外の場合があります。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下さい。</b>

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
11月30日	12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日
	②応募書類作成ポイント (10:00～12:00)	*短期集中プログラム 1日目 (10:00～17:00)	対象/ミドルコーナー全ご利用者 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)	①就職活動を成功させる ポイント (13:00～15:00)
	③面接のポイント (13:00～14:30)	【就職氷河期世代対象】 コミュニケーション1日目 (10:00～16:00)	<オンラインセミナー> コミュニケーション2日目 (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)		*就活ギアチェンジ セミナー A (10:00～16:00)		
			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				
	*就活エクスプレス 適職探索コース(11/30-12/4)				
12月7日	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日
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)	*短期集中プログラム 2日目 (13:00～16:00)	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 2日目 (10:00～16:00)	②応募書類作成ポイント (13:00～15:00)
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)		②応募書類作成ポイント (18:00～20:00)		*<在職者向け> ビジネススキルアップ研修 (13:00～16:00)
	【就職氷河期世代対象】 ストレスマネジメント (13:00～16:00)				
	④面接対応力アップ (15:00～17:00)				
*就活エクスプレス 就活実践コースプラス					
12月14日	12月15日	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日
対象/ミドルコーナー全ご利用者 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)	*短期集中プログラム 3日目 (13:00～16:00)	<オンラインセミナー> 対象/ミドルご利用の女性の方 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)	③面接のポイント (13:00～14:30)
<オンライン>対象/45-54歳 *ライフ・マネープラン (10:00～16:00)	<オンライン>対象/30-44歳 *ライフ・マネープラン (10:00～16:00)		*就活ギアチェンジ セミナー B (10:00～16:00)	ミニセミナー自己PR文 (10:00～12:00)	*<在職者向け> 就職活動支援土曜セミナー (13:00～16:00)
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)		③面接のポイント (18:00～19:30)		
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)				
	④面接対応力アップ (15:00～17:00)				
12月21日	12月22日	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日
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)	*短期集中プログラム 4日目 (13:00～16:00)	<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)	コミュニケーション2日目 (10:00～16:00)	④面接対応力アップ (13:00～15:00)
⑤受けたい求人を探すコツ (15:30～17:00)	【就職氷河期世代対象】 ④面接対応力アップ (10:00～11:30)		④面接対応力アップ (18:00～20:00)		
	【就職氷河期世代対象】 ライフプランセミナー (13:00～16:00)	※12月のセミナー開催は26日が最終日となり、12/29～1/3までは休館致します。 ※【就職氷河期世代対象】は、講座によって会場が異なります。別途チラシをご確認ください。			
	③面接のポイント (13:00～14:30)				
	④面接対応力アップ (15:00～17:00)				
					⇒ グループワークあり ⇒ * アドバイザー経由申込

<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：5階 多目的室

- 就職活動に必要な基本事項を、実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し込みください。(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	定員	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	17	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	17	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	17	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	12	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	17	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：5階 研修室

\* 少人数制のミニセミナーです。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	定員	対象者
書類	面接チャンスを増やす自己PR文の書き方	・自己アピールの強化と差別化 <i>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</i>	15	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)

※ アドバ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 ※

1. 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)
2. 確実に参加できる日程で予約してください
3. 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>

1. 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てください。(メールアドレスは【連絡可】にしてください)
2. 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)
3. 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視聴できない期間がありますご了承ください。(月末の1週間程度)