

もっと効果的に就職や転職で成功したい、そんなあなたに お勧めのセミナーです。

## ハローワーク求職活動 認定対象セミナー

(受講者には**就職活動証明書**を発行いたします)

<来所> セミナー会場：舞鶴市商工観光センター（舞鶴市字浜66）

各回定員 15名

日程	時間	セミナー名/講座内容
5/22(木)	10:30 ～12:00	<b>心穏やかに過ごすための感情のコントロール</b> 家庭や職場で、ついついイライラする時ってありますね、、、 アンガー(怒り)の感情を分析することで感情をコントロールする術を学びます。
	13:00 ～14:30	<b>履歴書/面接 ワンポイントアドバイス</b> 履歴書の基本と、ちょっとしたコツで見栄えのよくなる記入方法や、面接時に好印象を与えるコツを実例を交えながら具体的にお教えします。
6/13(金)	10:30 ～12:00	<b>好印象を与える 傾聴力と会話力up</b> 聴くチカラを高める方法を分かりやすくご説明します。 コミュニケーションや信頼関係の向上について学んでいきます。
	13:00 ～14:30	<b>職場で活かせる 個人情報取扱のキホン</b> そもそも個人情報とは何か？ どんな事に注意が必要か？ 事務職だけでなく様々な職種で個人情報を扱います。 仕事でのアクシデント防止のポイントを学んでいきます。

北京都ジョブパークでは就職活動の入口から出口までをワンストップで支援しています。  
セミナー以外にも随時、個別カウンセリング・面接・応募書類に関する個別相談を  
承っております。是非、お気軽にご相談くださいませ。



体調不良がみられる場合は来所をお控えください。また諸事情により、開催内容が変更になる場合がございますのでご了承ください。

【お申込み・お問合せ】 開催前日までの事前予約制  
オンライン受講は2日前締切

北京都ジョブパーク JPカレッジ

☎ 0773-22-3815

福知山市駅前町400 市民交流プラザぶくちやま4階  
受付時間：月曜～木曜9:00～17:00 金曜9:00～19:00  
E-mail/ hokubuseminar@kyoto-jobpark.jp

受講には北京都ジョブパーク及びジョブ・サポートまいづるへの登録が必要です。  
セミナー当日に受講前の登録手続きも可能です。(登録・利用無料)  
未登録の方は開始20分前までに4階受付にお越し下さい。

オンライン受講をお申込みの方は、セミナー名欄の  
二次元バーコードから予約をお願いします。

もっと効果的に就職や転職で成功したい、そんなあなたにお勧めのセミナーです。

In 舞鶴

## ハローワーク求職活動 認定対象セミナー

(受講者には**就職活動証明書**を発行いたします)

<来所> セミナー会場：ハローワーク舞鶴 (舞鶴公共職業安定所) 会議室 各回定員 15名

日程	時間	セミナー名/講座内容
<b>5/19(月)</b>	14:00 ~15:30	<b>マインドセットを活用したキャリアチェンジ</b> 未経験の業種への転職に不安はありませんか？柔軟な考え方で仕事の選択肢を増やしてみませんか。就活中だけでなく転職後にも活かせる心構えを考えていきます。
<b>6/16(月)</b>	14:00 ~15:30	<b>心穏やかに過ごすためのストレスケア</b> そもそも、ストレスとは何か？原因を理解することでストレスとの関わり方を考え、ネガティブな視点をポジティブに捉える方法を学びます。

<WEB> オンライン受講された方には就職活動証明書を後日、PDFデータでお送りします。

日程	時間	セミナー名/講座内容
<b>5/28(水)</b> オンライン限定 5/26(月)締切	15:00 ~16:30	<b>心穏やかに過ごすための感情のコントロール</b> 家庭や職場で、ついついイライラする時ってありますね、、、 アンガーマネジメント(怒り)の感情を分析することで感情をコントロールする術を学びます。  
<b>6/25(水)</b> オンライン限定 6/23(月)締切	15:00 ~16:30	<b>マインドセットを活用したキャリアチェンジ</b> 未経験の業種への転職に不安はありませんか？柔軟な考え方で仕事の選択肢を増やしてみませんか。就活中だけでなく転職後にも活かせる心構えを考えていきます。 

北京都ジョブパークでは就職活動の入口から出口までをワンストップで支援しています。  
セミナー以外にも随時、個別カウンセリング・面接・応募書類に関する個別相談を承っております。是非、お気軽にご相談くださいませ。



体調不良がみられる場合は来所をお控えください。また諸事情により、開催内容が変更になる場合がございますのでご了承ください。

【お申込み・お問合せ】 開催前日までの事前予約制  
オンライン受講は2日前締切

北京都ジョブパーク JPカレッジ

☎ **0773-22-3815**

福知山市駅前町400 市民交流プラザぶくちやま4階  
受付時間：月曜～木曜9:00～17:00 金曜9:00～19:00  
E-mail/ hokubuseminar@kyoto-jobpark.jp

主催/北京都ジョブパーク

あなたの就活、応援します！  
ひとりでがんばらなくていい。一緒に考えよう！

オンライン受講をお申込みの方は、セミナー名欄の  
二次元バーコードから予約をお願いします。