

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
1/9(金)	10:30 ～12:00	マインドセットを活用したキャリアチェンジ 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。
	13:00 ～14:30	エゴグラムから知る自己分析の入り口 自身の性格を客観的に知ることは、自己分析において重要な要素です。 個人とチームの交流分析を学んでいきます。
2/12(木)	10:30 ～12:00	心穏やかに過ごすための感情のコントロール 家庭や職場で、ついついイライラする時ってありますね。 アングアー(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	心穏やかに過ごすためのストレスケア 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。

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。

オンラインお申込方法は、「ジョブこねっと」検索からできます。
オンライン初受講の方は、ログイン前に「新規会員登録」からお申込ください。



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 市民交流プラザふくちやま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 舞鶴市

受講には、
北京都ジョブパーク及びジョブ・サポートまいづるの登録が必要です。
ご来場の際は、点呼確認のため、必ず4階受付にお越し下さい。
未登録の方は、開始20分前までに、受付をお願いいたします。

オンライン受講をお申込みの方は、
セミナー名欄の①QRコード（二次元バーコード）からの予約申込と
②求人求職サイト「ジョブこねっと」検索からの予約申込ができます。

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。





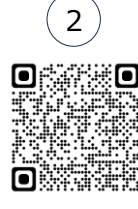
ハローワーク求職活動 認定対象セミナー

(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
1/26(月)	14:00 ～15:30	好印象！私も相手も大事にするコミュニケーションup ～アサーティブに伝える～ つつい我慢して、言いたいことを伝えられない。相手に頼まれたら断れない。 お互いを大事にしながらの自己主張の方法を学びます。
2/9(月)	14:00 ～15:30	職場で活かせる ビジネスルールのキホン そもそもルールとは何か？どんな事に注意が必要か？ 仕事で役立つルールのポイントを学んでいきます。

<WEB> オンライン受講された方には求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
1/21(水) オンライン限定 1/19(月)締切	①10:00 ～11:30 ②13:00 ～14:30	マインドセットを活用したキャリアチェンジ 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。  
2/18(水) オンライン限定 2/16(月)締切	①10:00 ～11:30 ②13:00 ～14:30	 お申込みはコチラから コミュニケーションup “伝え方と聴き方” 会話を高めることで、コミュニケーション向上につなげるポイントを学びます。  

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①QRコード（二次元バーコード）からの予約申込と
②求人求職サイト「ジョブこねっと」検索からの予約申込ができます。

オンラインお申込方法は、「ジョブこねっと」検索からもできます。
オンライン初受講の方は、ログイン前に「新規会員登録」からお申込ください。