



\* 話して聴いて \* 先を読む \*

# はなさきカフェ

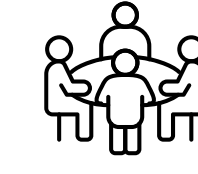


カフェスタイルで、気楽に情報交換しながら  
女性が働く上でのノウハウや課題解決のヒントを得られる  
ミニセミナー「はなさきカフェ」。

再就職活動を後押ししてくれる様々なプログラムをご活用ください。

\*本セミナーは、女性しごと応援テラス利用者の方が対象のセミナーです。

\*会場や実施時間にご注意ください（時間厳守）

 はグループワークありのミニセミナーです。

講座NO	開催日時	テーマ	内容
7	5/12(火) 10時～12時	再就職へのステップ 	「働きたい気持ちはあるものの、何から始めればよいのかわからない」「ブランクがあって不安」と感じている方も少なくありません。就職に向けて安心して働き始めるために、段階的に進める行動のステップを確認します。
8	5/14(木) 10時～12時	面接対策 応答編 	面接での話し方や傾聴姿勢の理解。面接によく出る質問を基に、ブランクや未経験をカバーする受け答えや、企業側の意図に的確に答える方法を共に考えます。
9	5/16(土) 10時～12時	自己コントロール能力を高める 	再就職では取り巻く環境や人間関係が変化します。新しい職場や仕事内容の変化、自分自身の感情などに左右されず、自分らしい働き方や目指す目標に進んでいけるように自分をコントロールする方法を考えます。
10	5/19(火) 10時～12時	面接対策 オンライン編	最近増えているオンライン面接に備え、オンライン特有のマナーや注意点を学びます。WEB会議システムの操作等の不安を解消します。
11	5/20(水) 10時-15時	キャリアデザイン 自己理解編(拡大版) 	自分の価値観や働く動機を考える / 職務経験や成功体験・失敗体験を振り返り、自分の適性・強みを明確にする / 現在の自分の状況や課題を言語化する / 生活との両立を前提に、自分らしい働き方の方向性を描きます。
12	5/21(木) 10時～12時	市場理解 業種理解編	市場にはさまざまな業種の企業があります。どのような業種があり、それぞれの特徴や労働環境を理解します。また、パソコンを使用し、job tagを実際に操作して興味のある仕事について自分で調べる体験をします。
13	5/26(火) 10時～12時	職業興味診断を体験する 	job tagを活用し、職業興味診断を実施します。診断結果をもとに、自身の興味や関心の傾向を整理し、職業選択の方向性について理解を深めます。
14	5/28(木) 10時～12時	応募書類 自己PR・志望動機編	「自己PR」や「志望動機」作成のポイントを学び、応募書類のレベルアップ、面接でのアピール力アップを目指します。
15	5/29(金) 13時～15時	市場理解 労働市場の動向編	社会の変化、産業構造の変化、労働人口の減少に伴って、最近の労働市場がどのように動いているかを知り、求人トレンドの変化について考えます。

会場：女性しごと応援テラス ミニセミナーコーナー



- 当センターに駐輪場はありませんので、自転車での来館はご遠慮ください。
- ※ セミナー中のスマートフォン等通信機器の使用はご遠慮ください。
- 少人数でのセミナーのため、確実な出席をお願いします。やむをえず参加できない場合は、早急にご連絡ください。

主催:東京しごとセンター・女性しごと応援テラス / 申込み:テラス受付または電話 03-5211-2855