

## 描こう！自分らしいキャリア

# ジョブ・カードセミナー

参加費無料

自己理解が深まるジョブ・カードを使ったセミナーを開催！  
自分の強み・価値観・今後のやりたいことを一緒に書き出してみませんか？

※雇用保険受給中の方は、求職活動実績になります。



## セミナー内容

- ジョブ・カードの書き方と活用法
- キャリアの棚おろし、キャリア・プランを描く
- 自分の強み、価値観とは など

キャリア・プランシート (様式 1)

職務経歴シート (様式 2)

職業能力証明シート (様式 3-1)

職業能力証明シート (様式 3-2)

## 開催概要

- 会場：ハローワーク水戸 2階 相談室
- 費用：無料
- 定員：各回4名 ※先着順

9:30~10:00

6/6 (木)、7/4 (木)、8/1 (木)、9/5 (木)

6/20 (木)、7/18 (木)、8/15 (木)、9/19 (木)

※すべて同じ内容です。ご希望の回にお申込みください。

## お申し込み方法

キャリア形成・リスキング相談コーナー（ハローワーク水戸内）

☎ 029-302-7221

（受付時間：平日8:30~17:15）

HP：<https://carigaku.mhlw.go.jp/>

キャリア形成  
リスキング 相談コーナー

厚生労働省委託事業

