

# 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

毎月2回開催

予約制

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：ハローワーク下妻 会議室
- 費用：無料
- 定員：各回6名 ※先着順

9:30~10:00

6/9（月） 7/7（月） 8/4（月） 9/8（月）

6/23（月） 7/28（月） 8/18（月） 9/22（月）

※すべて同じ内容です。ご希望の回に1回お申込みください。2回目以降は個別のキャリアコンサルティングをご案内します。

お問合せ

## キャリア形成・リスキング相談コーナー（ハローワーク下妻内）

〒304-0067 下妻市下妻乙124-2 下妻地方合同庁舎別館

☎ 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 支援センター

厚生労働省委託事業

