

水曜日のセミナー 10:30～11:30 (受付10:15～)

● 職業適職探索セミナー

興味のある職業領域は何だろう。心理的にどんな傾向だろうなど。ご自身の自己理解を深めます。自分発見にお役立てください！！

開催日	
1 / 14	1 / 28
2 / 4	2 / 25
3 / 11	3 / 25

木曜日のセミナー 14:30～16:00 (受付14:15～)

● 面接・自己PR対策セミナー

採用試験で面接官は、あなたのどこを見ているのでしょうか？「自己PRをしてください」っていわれても？想定質問の回答を一緒に考えてみませんか？

開催日
1 / 15
2 / 12
3 / 12

金曜日のセミナー

● 応募書類作成セミナー

10:15～11:30 (受付10:00～)

選考において志望動機は重要なポイント！
印象づける志望動機を盛り込んだあなた仕様の応募書類に仕上げましょう！！

開催日
1 / 9
2 / 6
3 / 6

● 効率的な求職活動を目指すセミナー

14:00～15:30 (受付13:45～)

ハローワークインターネットサービスの求職者向けマイページ機能を最大限に活用できるノウハウをお伝えします

開催日
1 / 30
2 / 27
3 / 27

● ビジネスマナー基本セミナー

45分間のDVD視聴後、面接時や電話での基本マナーについて説明します。

開催 日時	1 / 23	13:30～15:00	(受付 13:15～)
	2 / 20	10:00～11:30	(受付 9:45～)
	3 / 13	13:30～15:00	(受付 13:15～)

<お問合せ・お申込み先>

ハローワークジョブセンターほんまち
高知市本町4-3-41 高知地方合同庁舎1F TEL: 088-826-8870



ほんまちで開催するセミナー一覧

令和8年1月～3月まで

月	日	曜日	開催セミナー 開催時間（受付開始時間）	定員	受付開始
1 月	9	金	応募書類作成セミナー 10：15～11：30（受付10：00～）	16	令和7年 12 / 1 }
	14 28	水	自分に合う職業を探そう！職業適職探索セミナー 10：30～11：30（受付10：15～）	14	
	15	木	面接・自己PR対策セミナー 14：30～16：00（受付14：15～）	10	
	23	金	知っておきたい！ビジネスマナーの基本セミナー 13：30～15：00（受付13：15～）	16	
	30	金	効率的な求職活動を目指すセミナー ハローワークの求職者向けマイページを活用しよう！ 14：00～15：30（受付13：45～）	14	

月	日	曜日	開催セミナー 開催時間（受付開始時間）	定員	受付開始
2 月	4 25	水	自分に合う職業を探そう！職業適職探索セミナー 10：30～11：30（受付10：15～）	14	令和8年 1 / 1 }
	6	金	応募書類作成セミナー 10：15～11：30（受付10：00～）	16	
	12	木	面接・自己PR対策セミナー 14：30～16：00（受付14：15～）	10	
	20	金	知っておきたい！ビジネスマナーの基本セミナー 10：00～11：30（受付9：45～）	16	
	27	金	効率的な求職活動を目指すセミナー ハローワークの求職者向けマイページを活用しよう！ 14：00～15：30（受付13：45～）	14	

月	日	曜日	開催セミナー 開催時間（受付開始時間）	定員	受付開始
3 月	6	金	応募書類作成セミナー 10：15～11：30（受付10：00～）	16	令和8年 2 / 1 }
	11 25	水	自分に合う職業を探そう！職業適職探索セミナー 10：30～11：30（受付10：15～）	14	
	12	木	面接・自己PR対策セミナー 14：30～16：00（受付14：15～）	10	
	13	金	知っておきたい！ビジネスマナーの基本セミナー 13：30～15：00（受付13：15～）	16	
	27	金	効率的な求職活動を目指すセミナー ハローワークの求職者向けマイページを活用しよう！ 14：00～15：30（受付13：45～）	14	