

就活お役立ちセミナーのご案内

2026年5～7月

事前
申込制

服装
自由

求職
活動実績
対象※

ジョブカフェでは、就職に関するさまざまな課題に応じたセミナーを毎月開催しています。3つのテーマで就活をサポートします。

《対象》概ね59歳まで（学生除く）
（就業中の方も参加可）

《定員》各回6名

自分を知る！自己理解セミナー

開催日

5/12
(火)

プチ適職診断・強み発見ワーク

就活の方向性に迷う方に、5分程度の適職診断で自分の興味・関心に合う仕事の傾向を知り、ワークを通して自分の強みを探ります。

開催日

6/10
(水)

書類で強みを伝える！応募書類対策セミナー

面接につながる強みの整理と伝え方

書類作成に不安がある方に、自分の魅力を整理し、面接へとつながる表現方法のポイントを学べます。

応募予定先が
決まらなくても
セミナー参加OK！

開催日

7/6
(月)

面接で強みを伝える！面接対策セミナー

面接で自分らしさが伝わる どんな質問にもブレない答え方

面接が苦手な方に、質問に左右されない自分らしい答え方を整理し、魅力が伝わる受け答えのコツをつかめます。

応募予定先が
決まらなくても
セミナー参加OK！

開催時間

受付：セミナー開始15分前～
直接会場までお越しください。

会場

13:30～14:30 セミナー

ハローワーク長岡 1階 会議室

無料駐車場
有り

14:30～15:00 個別相談・質問会 **自由参加**

(長岡市千歳1-3-88)

注意事項

※セミナー開始時に、ジョブカフェの利用申込書をご記入いただきます。
求職者番号のわかる書類等をお持ちください。

※雇用保険受給中の方は、当セミナーに参加することで失業認定における求職活動の実績となります。

■お問合せ

ジョブカフェ

ながおか

0258-38-6181

(平日 9:30～18:00)



LINEの友だち
登録はこちら

Check!!



ホームページに
参加者の声
掲載中！

ジョブカフェ 新潟

検索

<https://niigata-jobcafe.mhlw.go.jp/>

セミナー詳細・事前申込



※事前申込優先ですが、定員に余裕がある場合は当日参加も可能です。