

# キャリアを考えるための

# 自己理解セミナー

## 内容

みなさん、『自己理解』という言葉を知ったことはありますか？

自己理解とは、ざっくりいうと…

- ・ 自分の強みや苦手な所
- ・ 興味があること
- ・ 大事にしている価値観

などを中心に、自分自身のことを掘り下げて、深く理解していくことです。

自己理解を行うことで、やりたい仕事を選びやすくなったり、企業応募時の自己PRに役立つというメリットがあります😊🌟

今回のセミナーで個人ワークを通して自己理解を深めていきましょう🍀



## 開催日時

令和8年4月20日(月)

14:00~15:30 (13:45受付開始)

## 開催場所

ハローワーク淀川 3階小会議室

## 定員

10名(34歳以下の方) 事前予約制



※雇用保険受給中の方は、  
求職活動実績になります。

## 申し込み・問い合わせ先

ハローワーク淀川 職業相談第1部門

〒532-0024 大阪市淀川区十三本町3-4-11 月~金 8:30~17:15

☎電話での申し込み：06-6302-4771 (部門コード41#)迄。

☺窓口での申し込み：2階⑧番受付にお越しください。

自己理解セミナー申込用紙 (令和8年4月20日開催分)

フリガナ

名前

求職番号：

雇用保険手続き (済み・無し)

歳