

# 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10月23日（金）**

**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10月23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