

1月 JANUARY

# セミナー日程表

## 新宿わかものハローワーク

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
4日～8日分 12/14(月)～ 申込開始			① 10:30～12:30 ② 14:00～16:00 ビジネスマナー ビジネスマナー		① 10:30～12:30 ② 14:00～16:00 就活応援セミナー 就職活動 ガイダンス	
10	11	12	13	14	15	16
12日～15日分 12/21(月)～ 申込開始		① 10:30～12:30 ② 14:00～16:00 履歴書・ 職務経歴書 の書き方 人事担当者視点で みる応募書類作成	① 10:30～12:30 ② 14:00～16:00 面接対策 リモート面接体験	14:00～16:00 自己分析 (自分の強みを探す) JOB 倶楽部 college	① 10:30～12:30 ② 14:00～16:00 コミュニケーション 就活・仕事の コミュニケーション	
17	18	19	20	21	22	23
18日～22日分 1/4(月)～ 申込開始	① 10:30～12:30 ② 14:00～16:00 労働法制 セミナー 応募企業選びの 方法	① 10:30～12:30 ② 14:00～16:00 コミュニケーション アサーティブ コミュニケーション	① 10:30～12:30 ② 14:00～16:00 ビジネス実践 セミナー 仕事の進め方	11:00～12:00 面接対策 JOB 倶楽部 college	10:30～12:30 自己分析 (材料の集め方) JOB 倶楽部 college	
24	25	26	27	28	29	30
25日～29日分 1/12(火)～ 申込開始	① 10:30～12:30 ② 14:00～16:00 面接対策 面接 シミュレーション	10:30～12:00 コミュニケーション セミナー JOB 倶楽部 college	① 10:30～12:30 ② 14:00～16:00 履歴書・ 職務経歴書 の書き方 経験者向け 応募書類作成	10:30～12:30 理想の求人選び JOB 倶楽部 college	10:30～12:00 志望動機の書き方 JOB 倶楽部 college	

### 対象者

正社員での就職を目指す 34 歳以下の方で  
わかものハローワークをご利用の方、およびご利用予定の方

セミナー詳細、申込方法等は裏面へ! ▶▶▶



## 履歴書・職務経歴書の書き方

### 人事担当者視点でみる応募書類の作成

職歴が極めて短い等、就職活動において不利な状況を抱える方を対象としています。たとえ不利な状況を抱えていても、人事担当者は仕事への意欲や職種への適性、将来の成長等も加味して採用不採用を判断しています。これらが採用担当者に伝わるような応募書類の作成を目指します。

## 面接対策

### 面接シミュレーション

採用担当者に好印象を与える身だしなみや立居振る舞いを確認し、要点を絞った志望動機や自己PRの伝え方、面接で尋ねられる定番の質問や答えにくい質問への答え方など、模擬面接を通して考えます。

## 労働法制セミナー

### 応募企業選びの方法

求人広告・労働契約のチェックポイント、就業時・トラブル時・退職時に身を守る労働法について学び、相談窓口や相談の仕方をお伝えします。

## コミュニケーション

### 就活・仕事のコミュニケーション

コミュニケーションに自信がない方も、ビジネスにおけるコミュニケーションをより円滑にしたい方も対象にしたセミナーです。就活・仕事に役立つコミュニケーションのポイントを確認していきます。

## 就活応援セミナー

### 就職活動ガイダンス

一度も正社員になったことがない、もしくは初めての転職、久しぶりの転職で「どうしたらいいの?」と思っている方、今一度、就職活動の進め方やキャリアの意味を理解してみませんか。このセミナーでは、就職活動の心構え等を学んでいきます。

## 履歴書・職務経歴書の書き方

### 経験者向け応募書類の作成

一定の職業経験がある方を対象としています。これまでの職務や仕事に対する姿勢がさらに明確になり、職務経歴が一読して人事担当者に伝わる応募書類の作成を目指します。

## 面接対策

### リモート面接体験セミナー

リモート面接と対面形式の面接との違いを理解し、事前準備、注意点、トラブル時の対応などを Zoom を使って体験学習するセミナーです。  
※受講目安:具体的には、自分でパソコンを立ち上げてインターネット検索ができる、キーボード操作ができる等

## ビジネスマナー

就職活動時に加え、働く際のビジネスマナーを模擬体験する機会を提供します。ビジネスマナーを身につけることで、これからの自信につながります。

## コミュニケーション

### アサーティブコミュニケーション

上司や同僚・友人からの依頼や誘いに「何と行って断ろうか…」と考えてしまったことはありませんか? ビジネスシーンには、さまざまな価値観の方が集まっています。相手を不快にさせない「上手な伝え方」等、周囲とのコミュニケーションを円滑に進めるポイントを学びます。

## ビジネス実践セミナー

### 仕事の進め方

効率的かつ生産性の高い仕事をするために、ビジネスコミュニケーションやタイムマネジメントのコツなどを、具体例を交えながら学びます。

## JOB 倶楽部 College

### 面接対策

採用側の質問の意図を知り、対策を考えます。受講後は面接するのが楽しくなるかも!?

### 自己分析(自分の強みを探す)

「経験したのはどれも単純で特徴がなく、どんな強みを身につけたのか?」この答えを探るため、事例研究と経験の振り返りを通して、仕事で獲得したご自身の強みにアプローチします。

### 志望動機の書き方

効果的な志望動機の書き方・考え方を座学形式でお伝えします。志望動機を書くための準備方法や実際に採用された方の志望動機なども解説します。

### 自己分析(材料の集め方)

就職活動をする際、自己分析・自己理解を深めることはとても重要です。このセミナーでは、自分の行動特性から職業の興味領域を考えたり、自分の強み・PR をどのように考え、作り上げるのかなど就職活動が初めての方などには特におすすめのセミナーです。

### 理想の求人選び

求人票の見方を知り外せないチェックポイントを学びましょう!そして実機を使った求人検索を体験したり、マイページの活用方法もお伝えします。(事前にマイページ登録とご自身のスマートフォンをご用意ください。)  
(注1)WiFi環境あり  
(注2)カラケーの方は申込時に相談してください。

### コミュニケーションセミナー

「感情」をコントロールしてみましょう!就職活動でイライラ、モヤモヤしていませんか。アンガーマネジメントの手法を用いて、自分の感情をコントロールするスキルを学び、もっとポジティブに向き合います。

### 新型コロナウイルス感染症に対するご協力をお願い

- 全て座学形式のセミナーになりますので、ご了承ください。
- セミナー参加時はマスク着用をお願いします。
- 新型コロナウイルス感染症拡大状況によっては中止にさせていただきます場合がありますので、あらかじめご了承ください。

## 申込方法

## 開催日の前日までに電話又は窓口で直接お申込み

申込・  
問合せ

新宿わかものハローワーク

〒160-0023 東京都新宿区西新宿 1-7-1 松岡セントラルビル 9 階

TEL 03-5909-8609

(平日 10:00 ~ 18:00)

新宿キャリア・コンサルティングセンター 〒160-0023 東京都新宿区西新宿 1-7-1 松岡セントラルビル9階 新宿わかものハローワーク内

株式会社東京リーガルマインドは、厚生労働省 東京労働局より【「新卒応援ハローワーク」「わかものハローワーク」「マザーズハローワーク」】における求職者セミナー、キャリアコンサルティング等業務)事業を委託され、本事業を実施・運営しています。