

7月

その疑問？ 今すぐ解決！！

応募の準備 よーいドン！！

最近の履歴書って？

志望動機は
そんなに重要？

職務経歴書って
何を書くの？



ハローワーク上野公式キャラクター
ハロパン

ストレスの
要因は？

ストレス対処法
を知りたい

書類作成セミナー

開催日：7月17日（水）
時間：14時～15時30分
定員：16名

- 履歴書や職務経歴書の記入の
ポイント等を説明します。

～参加にあたってのお願い～

- 履歴書（応募に必要な方は職務経歴書も）
を作成し持参してください。

※完璧な形でなくても構いません。
応募書類作成後にセミナーを聴くことで
より理解を深めることを目的としています。

- 応募検討中のハローワークの
求人票を1枚お持ち下さい。



★おおむね39歳以下対象★ ～ストレスと上手に付き合おう～ メンタルセルフケア講座

開催日：7月31日（水）
時間：14時～15時30分
定員：12名

- 自分の考え方の癖や
行動パターンを知ろう！
- 自分のストレスを理解し、上手に
コントロールする方法を知ろう！

※参加者で班を作り、インタビュー
形式でワークを進める時間があります。

- ※事前予約制となっております。
- ※同内容セミナーの再受講は、
ご遠慮いただいております。

【会場】

ハローワーク上野 4階 大会議室（エレベーター無）

【問い合わせ・申込み】

ハローワーク上野 職業相談部門

（電話番号） 03-3847-8609（41#）