

令和7年

2月

# 新宿わかものハローワーク セミナー日程表

	月	火	水	木	金
2/3~2/7分 1/20(月)~ 申込開始	3	4 <b>1/14申込開始!!</b> アイスブレイク 自分を知る	5 各日10:30~15:30 ※3日目は16:00まで コミュニケーション 自己PRを学ぶ	6 イメージアップ 面接体験	7
<b>JOB倶楽部 (3日間)</b>					
2/10~2/14分 1/27(月)~ 申込開始	10 🚀 14:00~15:30 【ハロトレセミナー】 職業訓練の受け方・選び方 14:30~16:00 コミュニケーション	11 建国記念日	12	13 14:30~16:00 応募書類の 書き方・作り方	14
2/17~2/21分 2/3(月)~ 申込開始	17 14:30~16:00 労働法制セミナー ~働くときに知って おきたい法律知識~	18 14:30~16:00 適職探し ~自分に合った仕事 探しのポイント~	19	20 14:30~16:00 ビジネスマナー	21
2/25~2/28分 2/10(月)~ 申込開始	24 振替休日	25 14:30~16:00 自己分析 ~自分の強みを探す~	26	27 14:30~16:00 面接対策 ~マナーとポイント を知る~	28

## 対象者

- 正社員での就職を目指す34歳以下の方
- 新宿わかものハローワークをご利用の方及びご利用予定の方

セミナー詳細・申込方法は裏面をチェック!!



令和7年

2月

# 開催予定のセミナー情報

## 【ハロトレセミナー】職業訓練の受け方・選び方

「新しい仕事にチャレンジしたい!」「今の知識やスキル・資格だけでは就職は厳しいかも・・・」と悩んでいる方。職業訓練(ハロトレ)を受講することで、就職に必要なスキルや知識を身につけたり、ご自身の専門性を高めることも可能です。また、雇用保険を受給したり、職業訓練受講給付金を受給できる場合もあります。このセミナーで職業訓練の制度を知り、有効に活用しましょう。

※電話・窓口にてお申込み

## 応募書類の書き方・作り方

就職活動において必須の履歴書・職務経歴書・送付状。書く・作る・送る際のポイントをお伝えします。採用担当者に伝わる書類ができるとその後の面接でも話しくなりやすくなります。誰が見てもわかりやすい書類作成力を身につけましょう!

## ビジネスマナー

初めての就職の方や久しぶりの就職の方!わかものハローワークでビジネスマナーのおさらいをして、就職活動に自信をつけましょう!

\*参加者同士のグループワークあり

## 面接対策～マナーとポイントを知る～

立ち振る舞いのマナーや、話し方のポイントなど久しぶりに面接を受ける方や、面接が苦手な方をサポートします。急な面接でも基本を知っておくと安心です。

## コミュニケーション

ほかの求職者とコミュニケーションゲームに取り組み、就職活動に必要なコミュニケーションって何か考えてみよう!

\*参加者同士のグループワークあり

## 労働法制セミナー～働くときに知っておきたい法律知識～

求人広告・労働契約のチェックポイント、働くときのトラブルなど、ご自身を守る法律知識を身近な事例から学びます。困った時の相談窓口や相談方法もご紹介します。

## 適職探し～自分に合った仕事探しのポイント～

就職活動を始めると「適職」という言葉に迷いを感じる方も多しはず。やりたい仕事?向いてる仕事?知ってる仕事?できる仕事?など…。Jobtagの興味検査を活用して仕事探しのポイントを考えてみましょう。

(注)当日はスマートフォンまたはタブレット端末をご用意ください。

## 自己分析～自分の強みを探そう～

「私には強みがない」と思いませんか。経験の振り返りを通して、獲得したご自身の強みにアプローチします。

1/14申込開始!!

## JOB倶楽部(3日間)

“正社員を目指す”という同じ目的を持つ仲間とグループワークを中心とした3日間のセミナーを受講することで、自信を持って就職活動に取り組めるようになることを目的とした講座です。

(注)3日間通しての参加となります。 ※電話・窓口にてお申込み

## 申込方法

開催日の前日18時までにWEBでお申込み

※ハロトレセミナー・JOB倶楽部 は除く

[https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/kyushokusha/\\_115186/\\_102437/\\_118222.html](https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/kyushokusha/_115186/_102437/_118222.html)



お問合せ

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)

