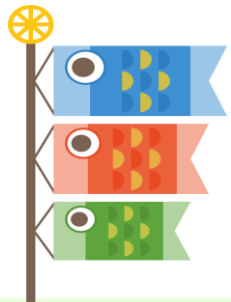


令和7年
5月

新宿

34歳以下の方のための

わかものハローワーク セミナー日程表



	月	火	水	木	金
5/1～5/2分 4/21(月)～ 申込開始				1 	2 15:00～16:00 ハロトレコース説明会
5/7～5/9分 4/21(月)～ 申込開始	5 こどもの日 	6 振替休日 	7 	8 14:00～15:00 IT職セミナー 14:30～16:00 応募書類の 書き方・作り方	9
5/12～5/16分 4/28(月)～ 申込開始	12 14:30～15:30 (オンライン) 就職活動ガイダンス 15:00～16:15 ハロトレセミナー 	13 アイスブレイク 自分を知る	14 各日10:30～15:30 (最終日16:00まで) コミュニケーション 自己PRを学ぶ	15 イメージアップ 面接体験	16
5/19～5/23分 5/7(月)～ 申込開始	19 14:30～16:00 適職探し ～自分に合った仕事 探しのポイント～	20 14:30～16:00 ビジネスマナー	21 	22 14:30～16:00 コミュニケーション	23
5/26～5/30分 5/12(月)～ 申込開始	26 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～	27 14:30～16:00 面接対策 ～マナーとポイントを 知る～	28 	29 14:30～16:00 自己分析 ～自分の強みを探す～	30

※セミナーの詳細はリーフレット裏面ににてご確認ください

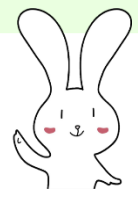
対象者

- 正社員を目指す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

申込方法

- 申込開始日10時～開催日の前日18時までに、**新宿わかものハローワークHP (イベント案内)** よりお申込みください！

※ JOB倶楽部 IT職セミナー のみ 窓口・電話にてお申込み



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

営業時間 平日10時～18時

令和7年

5月



開催予定のセミナー情報

窓口・電話にて受付

新宿わかものハローワークのセミナーについて

- ・定員12名（JOB倶楽部16名）
- ・セミナー終了後、窓口にて就職活動の状況を聞き取りします
- ・雇用保険受給者の方は【就職活動実績】に該当します
- ・一部グループワークがあります

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。

ハロトレ コース説明会

東京都立中央・城北職業能力開発センターの職業訓練（ハロートレーニング）コースと東京都が民間の教育機関や大学等に委託して実施予定の訓練コースの説明が中心のセミナーです。

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！

コミュニケーション

コミュニケーションゲームに取り組み、採用面接だけでなく、就職後も役立つコミュニケーションスキルを身につけましょう。

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。

【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…」と思っている方。就職に必要なスキルや知識を原則無料で身に付けられる職業訓練（ハロトレ）の制度や講座をご案内します。

ビジネスマナー

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！

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いはず。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…。Job tag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）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。（Wi-Fi 環境あり）

自己分析～自分の強みを探す～

「私には強みがない」と思っていないですか。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。

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。

窓口・電話にて受付

IT職セミナー

IT業界に興味のある方必見！ 企業の担当者から「直接」きける！ IT業界の説明と会社PRを受けることができます。
※参加企業：株式会社 BRIDGEX
（5月22日開催の港区IT就職面接会参加企業）

就職活動ガイダンス（オンラインセミナー）

「就職活動ってどうしたらいいの？」とお悩みの方、オンラインセミナーで就職活動のスケジュールや心構え等を学んでいきましょう！

（注）当日はZoomを使用します。

