

令和8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



セミナーカレンダー

申込時期	月	火	水	木	金	
					1 	
	4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 振替休日 	7 	8 	
5/11(月) ～15(金)分 4/27(月) 申込開始	11 14:30～15:30 オンラインセミナー 就職活動ガイダンス 15:00～16:15 ハロートレーニング セミナー ～職業訓練の受け方・ 選び方～ 	4/20申込開始!! JOB倶楽部 (3日間) 各日10:30～15:30 (最終日16:00まで) アイスブレイク コミュニケーション イメージアップ 自分を知る 自己PRを学ぶ 面接体験			14	15
	18 14:30～16:00 モヤモヤ解消! 適職発見セミナー	19 14:30～16:00 あなたにも必ず 見つかる! 強み・長所の探し方	20 14:30～16:00 「選ばれるため」 の応募書類 ～魔法の言葉を見つけてよう～	21 	22 14:00～16:00 (特別セミナー) 社会人として知って おきたいお金の話	
5/18(月) ～22(金)分 5/7(木) 申込開始	25 14:30～16:00 労働法制セミナー ～知ってるだけで 安心!働き方の ルールBOOK～	26 14:30～16:00 磨こう面接術 ～不安を自信に! 面接突破～	27 	28 	29 	



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** のみ 窓口・電話にてお申込みとなります

お申込・問い合わせ

新宿わかものハローワーク
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
(受付時間 平日10時～18時)



令和8年

5月

開催予定のセミナー情報



新宿わかものハローワークのセミナーについて

- ・予約制／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について聞き取ります。
- ・雇用保険（失業給付）の【**求職活動実績**】に該当します。
- ・一部のセミナーはグループワークがあります。

就職活動ガイダンス（オンラインセミナー）

就職活動を始めるにあたって、スケジュールの立て方や心構えなど、基本的な準備について学びます。オンライン（Zoom）での受講なので、自宅から気軽に参加できます。

ハートトレーニングセミナー

～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！」「今の知識やスキルだけでは不安…」と感じている方へ。
職業訓練の制度を知り、有効に活用しましょう。

モヤモヤ解消！適職発見セミナー

「適職って何だろう？」と迷う方に向けて、やりたい仕事・向いている仕事・できる仕事など、自分に合った仕事探しのヒントをお伝えします。「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。
※スマホかタブレットをご持参ください（Wi-Fi環境あり）。

あなたにも必ず見つかる！強み・長所の探し方

「私には強みがない」と感じていませんか？
これまでの経験を振り返りながら、自分が身につけてきた能力や特性に目を向け、自分らしさを再発見するきっかけにしましょう。

「選ばれるため」の応募書類

～魔法の言葉を見つけよう～

就職活動に必須の履歴書・職務経歴書・送付状を書く、作る、送る際のポイントを紹介します。
伝わる書類ができれば、面接もスムーズに。
「選ばれるため」の分かりやすい書類作成力を身につけましょう！



JOB倶楽部（3日間）

窓口・電話にて受付

“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。

社会人として知っておきたいお金の話

（特別セミナー）

お金の貯め方・使い方から投資、NISA、iDeCo、金融トラブルまで。
現役ファイナンシャルプランナーが社会人として知っておきたいお金の基本をやさしく解説！
将来がちょっと安心になるセミナーです。

労働法制セミナー

～知ってるだけで安心！働き方のルールBOOK～

求人広告や労働契約のチェックポイント、働くうえでのトラブルなど、自分自身を守るための法律知識を身近な事例から学びましょう。
困ったときの相談窓口もご紹介します。

磨こう面接術～不安を自信に！面接突破～

久しぶりに面接を受ける方や、面接が不安な方に、立ち居振る舞いのマナーや話し方のポイントなどをサポートします。
面接の場で緊張しないためにも、事前に基本を押さえ、自信を持って面接に臨みましょう。

