就労することが困難な方への就労支援窓口

セミナー・プログラムのご案内

2024年度

В		火	7K	木	金	====
	1	2	3	4	5	6
	%	求人開拓員と 語ろう 10:30~12:00	PC講座 (Excel初心者) 10:30~12:00	マインドフルネス 10:30~12:00	自己理解 (目標設定) 10:00~12:00	
7	8	9	10	11	12	13
		調べ上手になる 求人検索 10:30~12:00	PC講座 (Word初級) 10:00~12:00	魅力的な 応募書類作成 10:30~12:00	ビジネスマナー (身だしなみ・電話対応) 10:30~12:00	
14	15	16	17	18	19	20
5		コミュニケーション (傾聴を学ぶ初級) 10:30~12:00	PC講座 (PowerPoint) 10:30~12:00	会社説明会 13:30~15:00	アンガー マネジメント 10:30~12:00	
21	22	23	24	25	26	27
		コミュニケーション (アサーション) 10:30~12:00	就職にそなえて (各種保険に関して) 10:30~12:00	面接トレーニング 座学編 10:00~12:00	面接トレーニング 実技編 10:00~12:00	
28	29	30		, TABLE		
	祝自					

※セミナー・プログラムは、「東京しごとセンター専門サポートコーナー」をご利用中の方がご参加頂けます。ご参加希望の方は支援員までお問合せください。 ※外出セミナーで交通費が発生する場合は利用者様負担となります。



就労することが困難な方への 就労支援窓口

社会力UPセミナー

セミナー・プログラムの内容

4月,

生活力UPセミナー

自己理解(目標設定)

ライフラインチャートなどを 利用して目標設定をしよう

マインドフルネス

瞑想体験を通じて 「今、ここ」を実感してみよう

コミュニケーション (アサーション)

「相手も自分も気持ちよく」 コミュニケーションを実践しよう

アンガーマネジメント

「怒り」とより良く 付き合っていく方法を学びます

ビジネスマナー (身だしなみ・電話応対)

身だしなみや電話応対など ビジネスマナーを学びます

コミュニケーション (傾聴を学ぶ初級)

コミュニケーションを行う上で 傾聴のテクニックを身につけよう

就職力UPセミナー

会社説明会

求人企業をコーナーにお招き して会社紹介をしてもらいます

職場見学

働く現場を見に行って 職場の方々の意見を聞こう!

応募書類作成

応募動機を考えながら 履歴書を作成しよう

面接トレーニング

面接本番に向けて基本から 応用まで学ぼう

求人市場の解説と求人開 拓員の役割をお話しします

就職に備えて

入社時加入する保険や 準備するものを確認しよう

求人検索

インターネットを使って 上手な求人検索してみよう

PCトレーニング (Word初級)

Wordを利用して ご案内カードをつくろう

PCトレーニング (Excel初心者)

挿入や表作成で カレンダーを作ろう

PCトレーニング (PowerPoint)

求人開拓員と語ろう

PowerPointを利用して プレゼン資料を作ろう

東京しごとセンター 専門サポートコーナー

Tel: 03-5211-8701

〒101-0061

東京都千代田区神田三崎町3-3-23

ニチレイ水道橋ビル4階

【開館時間】

平日:午前9時~午後8時 土曜:午前9時~午後5時

日曜・祝日・年末年始(12/29~1/3)は休館

