



令和7年度 下期2(県西会場)

1月～3月

就活セミナー



予約制：定員20名

※ハローワークの求職活動実績になります。

日 時		テーマ	内 容	予約欄
1月	7日 (水)	①採用担当者が見たい 履歴書・職務経歴書 【書類対策】	採用担当者の視点を知り、熱意やスキルを適切に表現するための、履歴書・職務経歴書の作成のポイントをお話しします。 テキスト使用	予約日 月 日 □チェック
	21日 (水)	②面接において採用担当者はどこを見るか 【面接対策】	採用担当者はどこを見て判断しているか、面接の目的や質問の狙いなど、面接時のチェックポイントをお話しします。 テキスト使用	予約日 月 日 □チェック
	13:30 ～ 14:30	28日 (水)	③自己理解 【仕事意識】	ワークを通し、自分が仕事を選ぶ上で大切にしたい価値観や自分の特性を自己診断します。進むべきキャリアの方向性を検討しましょう。
2月	4日 (水)	④「志望動機」をどう書くか 【書類対策】	志望動機とは、その企業でその仕事に就きたいと思った理由です。採用担当者の心に響く志望動機の書き方を説明します。	予約日 月 日 □チェック
	18日 (水)	⑤コミュニケーション力を鍛える（実践編） 【自己表現】	コミュニケーションの基本である「聴き方」「話し方」が上達するテクニックをお伝えします。「傾聴」スキルを用いたペアワークを行い、実際に体感してみましょう。	予約日 月 日 □チェック
	13:30 ～ 14:30	25日 (水)	⑥求人広告の正しい読み方 【企業研究】	求人広告や求人票から垣間見る企業側の条件など、押さえておきたい求人情報のチェックポイントを紹介します。
3月	4日 (水)	⑦訴求力のある自己PR文の作り方 【書類対策】	採用担当者に対し説得力のある自己PRをするため、自己PRのまとめ方、応募書類での表現法、面接での話し方などをお話しします。	予約日 月 日 □チェック
	18日 (水)	⑧面接に役立つビジネスマナー 【面接対策】	社会人として知っておきたいビジネスマナーについて、わかりやすく説明します。ビジネスマナーの重要性・必要性を知り、面接でも役立てましょう。	予約日 月 日 □チェック
	13:30 ～ 14:30	25日 (水)	⑨ライフステージと働き方 【就活総合】	ライフステージの変化を上手に乗り越え、長く働くためのヒント、税金・社会保険・年金など働くときに気をつけるポイントを説明します。

※ 進行状況により終了時間が延びる場合があります。



いばらき就職支援センターホームページ
<https://jobcafe.pref.ibaraki.jp/>

セミナーご予約は電話または来所時に受付をします。

予約日をメモして
忘れないように
しましょう

就職活動セミナーご案内

就職をする上で参考となる各種のセミナーを開催しています。

「履歴書や職務経歴書くのはいつ以来だろう」「志望動機ってどう書けばいいのか」「面接では何を聞かれるのか」等、困ってはいませんか？そんなあなたのためのセミナーです。

参加費：無料

日 程：裏面の日程表・テーマをご覧ください

会 場：県筑西合同庁舎内会議室

定 員：20名(予約制)

その他：セミナー受講後に修了証を発行します。ハローワークの「求職活動実績」となります

※なお、一度受講されたテーマは再度受講する事はできません



7ポイントアドバイス

今回は「リフレーミング」のすすめ！

就職活動は進んでいますか。活動には履歴書作成や面接などの事前準備が必要です。そこで悩むのが、自分の長所（強み）などを書く時。自分の長所って何だろう？短所や弱みは沢山あるけれど・・・と考え込んでしまう方も少なくないのではないでしょうか。そんなあなたに「リフレーミング」です。あなたの短所は見方を変えれば長所に早変わりします。下記は事例です。人は日ごろ発している言葉が自分の意識を変え、その行動までもが変わります。あなたの印象が更に向上しますよ。

(短所) ⇒ (長所に変換をする)

- ・ きまぐれ⇒自分の気持ちに正直
- ・ 神経質⇒細かな所にも意識が向く
- ・ 気が小さい⇒謙虚で周囲を立てられる 協調性がある
- ・ せっかち⇒早めの行動がとれる
- ・ おっとりしている⇒落ち着いている 慎重 マイペース
- ・ 理屈っぽい⇒理論的で説明上手 頭の回転が早い
- ・ うるさい⇒明るく元気がある 周囲のムードメーカー
- ・ わがまま⇒自分を大切にできる 信念が強い
- ・ 性格に波がある⇒自主的にペース配分ができる



【会場及び問合せ先】

いばらき就職支援センター県西地区センター
茨城県筑西市二木成615（県筑西合同庁舎内）

TEL：0296-23-3811 <https://jobcafe.pref.ibaraki.jp/>

9:00～16:00 ※土日・祝日・年末年始は休業

