

もっと効果的に就職や転職で成功したい、そんなあなたにお勧めのセミナーです。

## ハローワーク求職活動 認定対象セミナー

(受講者には**就職活動証明書**を発行いたします)

<来所> セミナー会場：舞鶴市商工観光センター

各回定員 10名

日程	時間	セミナー名/講座内容	ジョブこねっと 適職診断結果
1/26(木)	10:30 ～ 12:00	<b>エゴグラムから知る自己分析の入り口</b> エゴグラムという診断法を使って、自分自身の「性格の特徴」を知ること でコミュニケーションに活かすことができます。	就活準備 就業基礎力強化
	13:00 ～ 14:30	<b>心穏やかに過ごすためのストレスケア</b> そもそも、ストレスとは何か？ 原因を理解することでストレスとの関わり方を学びます。	冷静・安定力 適応・対処力
2/9(木)	10:30 ～ 12:00	<b>withマスク時代の好印象up Ver.2</b> “聞く”と“伝える”について学びながらコミュニケーションupをはかります。	適応・対処力 交流・説得力
	13:00 ～ 14:30	<b>好印象を与える〔面接マナーup〕</b> 面接時に好印象を与えるコツを、民間企業で25年間採用人事に関わる キャリアカウンセラーが実例を交えながら具体的にお教えします。	就業基礎力強化 交流・説得力
3/14(火)	10:30 ～ 12:00	<b>心穏やかに過ごすための感情のコントロールVer.2</b> 家庭や職場でイライラする時ってありますね、、、 アンガーマネジメント(怒り)の感情を分析することで感情をコントロールする術を学びます。	冷静・安定力
	13:00 ～ 14:30	<b>就活や仕事に活かせる〔傾聴力up〕</b> キャリアカウンセラーが聴くチカラを高める方法を分かりやすくご説明します。	適応・対処力 交流・説得力

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ご参加時にはマスク着用、手指消毒、検温にご協力をお願いいたします。  
 また、感染状況等を考慮し、開催中止になる場合がございますのでご了承ください。

北京都ジョブパークでは就職活動の入口から出口までをワンストップで支援しています。  
 セミナー以外にも随時、個別カウンセリング・面接・応募書類に関する個別相談を  
 承っております。是非、お気軽にご相談くださいませ。



【お申込み・お問合せ】 開催前日までの事前予約制

北京都ジョブパーク JPカレッジ

☎ **0773-22-3815**

福知山市駅前町400 市民交流プラザふくちやま4階  
 受付時間：月曜～木曜9:00～17:00 金曜9:00～19:00  
 E-mail/ hokubuseminar@kyoto-jobpark.jp

主催 北京都ジョブパーク 舞鶴市

<オンライン受講される方へ>

★オンライン受講をお申込された方は、開催当日までにメールにて  
 セミナー参加用のオンラインIDとパスワードをお伝えします。

受講には北京都ジョブパーク及びジョブ・サポートまいづるへの登録が必要です。  
 セミナー受講前の登録手続きも可能です(登録・利用無料)

もっと効果的に就職や転職で成功したい、そんなあなたにお勧めのセミナーです。

In 舞鶴



## ハローワーク求職活動 認定対象セミナー

(受講者には**就職活動証明書**を発行いたします)

<来所> セミナー会場：ハローワーク舞鶴 舞鶴公共職業安定所 会議室 各回定員 10名

日程	時間	セミナー名/講座内容	ジョブこねっと 適職診断結果
1/16(月)	13:30 ～ 15:00	<b>働くときに知っておきたい 労働関係法</b> 給与の支払い回数や方法、労働時間・休憩時間など 皆さんに関わる法律等を分かりやすくご説明します。	社会人基礎力 分析・解釈力
2/13(月)	13:30 ～ 15:00	<b>就活や仕事に活かせる〔傾聴力up〕</b> キャリアカウンセラーが聴く力を高める方法を分かりやすくご説明します。	適応・対処力 交流・説得力

<WEB> 「市民交流プラザふくちやま」で開催されるセミナーに**オンライン**でご参加いただけます。

日程	時間	セミナー名/講座内容	ジョブこねっと 適職診断結果
1/11(水)	13:00 ～ 14:30	<b>心穏やかに過ごすための感情のコントロール Ver2</b> 【オンライン開催】 	冷静・安定力
2/20(月)	14:00 ～ 15:30	<b>専門家による働くときに知っておきたい労働関係法</b> 講師：福知山労働基準監督署 監督・安衛課長 岡崎 圭 氏 【オンライン開催】 	社会人基礎力 分析・解釈力

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ご参加時にはマスク着用、手指消毒、検温にご協力をお願いいたします。  
また、感染状況等を考慮し、開催中止になる場合がございますのでご了承ください。

北京都ジョブパークでは就職活動の入口から出口までをワンストップで支援しています。  
セミナー以外にも随時、個別カウンセリング・面接・応募書類に関する個別相談を  
承っております。是非、お気軽にご相談くださいませ。



【お申込み・お問合せ】 開催前日までの事前予約制

北京都ジョブパーク JPカレッジ

☎ 0773-22-3815

福知山市駅前町400 市民交流プラザふくちやま4階  
受付時間：月曜～木曜9:00～17:00 金曜9:00～19:00  
E-mail/ hokubuseminar@kyoto-jobpark.jp  
主催 北京都ジョブパーク

<オンライン受講される方へ>

★オンライン受講をお申込された方は、開催当日までにメールにて  
セミナー参加用のオンラインIDとパスワードをお伝えします。