

参加費用  
無料

がんばる若手社員のための

交流セミナー  
&

トークミーティング

1回から  
参加OK

働く場所は違っても、気軽に話せて、一緒に成長できる！  
ぜひご参加ください。

小松 亮介 氏

〈講師紹介〉  
プロフィール

高知県生まれ、50歳。東京で7年間商社マンとして働いた後、高知へUターン就職。  
平成28年厚生労働省認定「キャリアコンサルタント」資格取得 平成30年「キャリア教育コーディネーター」資格取得  
営業職を通じて培った「聴く力」と「伝える力」、転職経験者としての「共感力」が私の武器です。職業人としてのステップアップを目指す皆様にとって、頼りになる伴走者になれるよう頑張ります！共に学び、共に成長しましょう！



入社3年くらいまでの若手社員の学び場！

第1～4回のシリーズ開催！気になるセミナーのみの参加もOK！（参加回数は自由です）

第1～4回  
共通事項

プログラム

交流セミナー &  
トークミーティング

時間 14:00～16:00

場所 喫茶スプーン 高知市本町3丁目2-45

定員 各10名

第1回 令和6年 9月12日(木)

セミナー(自己開示) &  
トークミーティング

- ・自己検索ツールを使ったワーク体験
- ・自分を知る ・相手を知る

第2回 令和6年 11月13日(水)

セミナー(コミュニケーションスキル)  
& トークミーティング

- ・アサーティブコミュニケーション ・生産性の向上
- ・信頼関係の構築方法を知る ・相互理解を深める

第3回 令和7年 2月13日(木)

セミナー(ストレスマネジメント) &  
トークミーティング

- ・ストレスとは？ ・ストレスとどう向き合うか知ろう
- ・今日からできるストレスマネジメント

第4回 令和7年 3月6日(木)

セミナー(1年の振り返り) &  
トークミーティング

- ・コーチングツールを使ったワーク体験 ・自分の現在地
- ・これからの「ありがたい自分」を探索

お申込みは裏面をご覧ください。

●セミナー内容や日時につきましては、諸事情によりやむなく変更になる場合があります。ご了承ください。



お問合せ

高知県就職支援相談センター ジョブカフェこうち

高知市帯屋町2丁目1-35 片岡ビル 開所日/月～金曜、第2・4土曜 10:00～18:00 (金曜のみ20:00まで)

TEL 088-802-1533 FAX 088-802-1534

E-mail info@jobcafe-kochi.jp HP https://www.jobcafe-kochi.jp



ジョブカフェこうちは、株式会社東京リーガルマインドが高知県から受託し、運営しています。