

2025年
4月

今月の少人数セミナー＆ グループワーク

参加費
無料
事前予約制

ジョブカフェこうち1階にて受付

4/4 (金) 13:30～15:30

就活に活かす自己分析「適性診断」

適性を把握して自分にあった仕事を見つけよう！
自分の適性を知ることが就職への第一歩です。
自分が大切にしたい価値観、興味があることなど、
職業興味チェックリストに答えることで明確に
していきます。



定員 10名

講師 キャリアコンサルタント にい や しげる **新谷 茂氏**

4/11 (金) 13:30～15:30

はじめてのパソコン Wordの基本操作を学ぶ

Word初心者の方歓迎！

Wordは文書作成に幅広く使われているソフトです。
当セミナーではビジネス文書の基本を学び、
Wordの初歩的な操作を用いて就職活動に必要な
「添え状」を作成します。



定員 5名

持ち物 筆記用具

講師 キャリアコンサルタント にし むら わ か **西村 和香氏**

4/18 (金) 13:30～15:30

自分を知り、自己開示にチャレンジ！ (グループワーク)

ジョハリの窓を活用した個人ワークとグループワークを通じて、
自己理解を深め自己開示にチャレンジしていただきます。

- ・自分は何が得意なのか ・何がやりたいのか
- ・何をしているときに充実感を感じるか...

自分の興味・関心や適性に合致した仕事選びや、
面接での自己PRに役立ちます。



定員 6名

講師 キャリアコンサルタント にし むら わ か **西村 和香氏**

4/25 (金) 13:30～15:30

就活に活かす自己分析「性格診断」

長所は伸ばし、短所はカバーしましょう♪

面接で「あなたの長所や短所を教えてください」という問いかけに、
どう答えて良いか困ったことはありませんか。また、退職理由として、
職場の人間関係が上位に来ます。自分の性格を理解しておくことは、
面接対策や職場で良い人間関係を築くうえでも役に立ちます。



定員 10名

講師 キャリアコンサルタント にい や しげる **新谷 茂氏**

15歳～54歳までの方（令和7年度4月1日時点）なら、どなたでもご利用できます！対象年齢外の方はご相談ください。
雇用保険の求職活動として認定されます（雇用保険の受給者証をご提示ください）。



お問合せ

高知県就職支援相談センター

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。



ジョブカフェこうち
HP