

2025年
5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

5/9 (金) 13:30～15:30

志望動機の手書き方・伝え方

履歴書作成において、志望動機の手書き方で困ったことはありませんか。また、面接でどのように志望動機を話せばよいか困ったことはありませんか。このセミナーでは、求職者のそうした悩みに答えるために具体的にポイントをしぼり、書き方・伝え方を解説します。



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

5/16 (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！

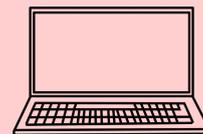
Wordは、文書作成に幅広く使われているソフトです。当セミナーでは、Wordの基本操作を学んで、就職活動に必要な「職務経歴書」を作成します。

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



5/23 (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、また面接での自己PRに役立ちます。



定員 **6名**

講師 キャリアコンサルタント

にい や しげる
新谷 茂氏

5/30 (金) 13:30～15:30

コミュニケーション力向上セミナー

コミュニケーション力は、仕事の場面だけでなく、人間関係においてどこでも必要とされる能力です。相手を尊重し、自分の言いたいことを上手に伝えるための聴き方、伝え方を学びます。



定員 **10名**

講師 キャリアコンサルタント

やまもと ゆき
山本 元氏

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



ジョブカフェこうち
HP