

小樽で就職・転職を目指している方へ!!

もう面接はこわくない!

一緒に一步を踏み出しましよう

さいとう みよこ
講師 斎藤 穂世子氏

キャリアコンサルタント／社労士法人才オフィス小笠原

【資格】

- ・国家資格キャリアコンサルタント
- ・CDA(キャリア・デベロップメント・アドバイザー)
- ・メンタルヘルスマネジメントⅡ種
- ・第Ⅱ種衛生管理者

【プロフィール】小樽市内の企業で29年間勤務、接客販売の他、広報、人事労務に従事。平成28年、キャリアコンサルタントの資格を取得。人生の中で多くの時間を注ぐ「働く」ことで、悩んだり困っていたり1人で抱えている方が多いことを痛感し、「働く」「人生」「労働」「仕事」というものに興味を持つようになり転職を決意。現在は社会保険労務士事務所にて勤務している。

参加無料

定員20名

※定員に達し次第締め切らせていただきます。

申込締切 2月2日(月)

2月5日木

第1回 10:00~12:30

- 私はどういう仕事をしたいか
- 求人票の見方、仕事の探し方

第2回 13:30~16:00

- 履歴書の書き方・企業は履歴書のどこを見ているか
- 履歴書・職務経歴書を作成する
- CUBIC自己分析 説明・実施

※CUBIC(キューピック):個人の資質を多面的に分析するツールです

2月6日金

第3回 10:00~12:30

- CUBIC個人特性分析の結果
- 様々な分析ツール、適性検査の紹介、活用方法
- 面接を受ける前にできること～心構え

第4回 13:30~16:00

- コミュニケーションとは
- 自己PR・自己アピール
- 面接に備える
- 面接実践

あなたにご縁のある職場は必ずあります。

主催

小樽地域雇用創造協議会
(事務局:小樽市産業港湾部商業労政課)

〒047-0032 小樽市稻穂2丁目17番1号 小樽市産業会館1階

協議会HP



構成団体

小樽市、北海道後志総合振興局、小樽商工会議所、
(一社)小樽観光協会、国立大学法人北海道国立大学機構小樽商科大学、
(一社)北海道中小企業家同友会しりべし・小樽支部

講習内容
申込方法

詳しくは裏面を
ご覧ください。

問い合わせ
・申込先

TEL 0134-26-6587
FAX 0134-26-6588
MAIL info@otaru-koyou.jp

カリキュラム

※内容はセミナーの主旨の範囲で変更することがあります。

講師：齋藤 穂世子 氏

◆キャリアコンサルタント ◆社労士法オフィス小笠原

2月5日(木)／第1回〈10:00～12:30〉

【私はどういう仕事をしたいか】

- 職種だけでなく、こだわりや苦手なことも抽出
- 出来る仕事・やりたい仕事・未経験の仕事の探索

【求人票の見方、仕事の探し方】

- 職種だけで絞り込まないことや、就職情報(WEB求人)を見るときの注意点
- ハローワークを上手に活用する

2月5日(木)／第2回〈13:30～16:00〉

【履歴書の書き方・企業は履歴書のどこを見ているか】

- 履歴書は自分の分身です

【履歴書・職務経歴書を作成する】

- 手書き、パソコンどちらで作成する場合でも注意すること
- 記入した履歴書・職務経歴書は事後に活用できるようなものを作成

【CUBIC自己分析 説明・実施】

- 採用試験で活用されている適性検査を体験

2月6日(金)／第3回〈10:00～12:30〉

【CUBIC個人特性分析の結果】

- 結果の見方・自己分析との照らし合わせ
 - 結果の良い悪いではなく自分の知らない一面を知る
- 【様々な分析ツール、適性検査の紹介、活用方法】
- 適性検査に不安を抱かないために知っておく
- 【面接を受ける前にできること～心構え】
- 見た目、礼儀、挨拶など

2月6日(金)／第4回〈13:30～16:00〉

【コミュニケーションとは】

- ワーク ※他者分析(自分の事を知らない人に、目から情報、会話、身振り手振りなどどう見えているか?良いところを伝えてもらうワーク等)

【自己PR・自己アピール】

- 自分の良いところをアピールするための準備

【面接に備える】

- 面接官はどこを見ているか
- 自分が判断される場でもあり、自分が判断する場であること

【面接実践】

- ワーク(見る機会の少ない他者の面接を観察してみよう)

自分の魅力&適職発見!ビジネススキル向上セミナー 〈受講申込書〉

TEL、FAX、
またはMAILにて
お申込みください。

TEL:0134-26-6587

FAX:0134-26-6588

MAIL:info@otaru-koyou.jp

フォームからも
お申込み可能です!



申込締切

2月2日(月)

※定員に達し次第
締め切らせて
いただきます。

本講座の受講条件(応募多数の場合は、下記の項目すべてに該当することが選考に当たって必須条件となります)

- 小樽で就職・転職を目指している方
- 原則、講座カリキュラムの全日程(4回分)に出席できる方
- 後日、本協議会から送付いたしますアンケート調査(就業状況調査を含む)のご協力に同意いただける方

上記全ての受講条件に **該当します** ・ **該当しません** (どちらかに○をつけてください。)

本セミナーに参加を希望される方は、下記受講申込書の該当部分について、「記入」または「○で囲む」をお願いいたします。

氏名	ふりがな	性別	男・女	年齢	歳	託児	<input type="checkbox"/> 希望人 <input type="checkbox"/> 希望しない ※人數に限りがあります。	
住所								
電話番号				メールアドレス				
携帯番号								
現在の状況	◆該当する箇所に○をつけてください。 1. 未就業(求職中) 2. 未就業(創業希望)	3. 在職中(転職希望) 4. 在職中(創業希望) 5. 在職中(正社員転換希望)	6. 学生(高校生・大学生・専門学生) 7. その他:具体的に記入ください。					
受講証明書	雇用保険を受給される方の受講証明書 ビジネススキル向上セミナーの受講で「失業認定申告書」に、求職活動実績として記入することができます。	1. 希望する 2. 希望しません						

(注)ご記入いただいた個人情報は、小樽地域雇用創造協議会が責任をもって管理し、本セミナー運営に関する連絡、本セミナー受講者の分析、当協議会主催の関連セミナーの情報提供のみの使用とし、それ以外の目的では使用いたしません。

お問合せ先

小樽地域雇用創造協議会(事務局:小樽市産業港湾部商業労政課)
〒047-0032 小樽市稲穂2丁目17番1号 小樽市産業会館1階
TEL:0134-26-6587 FAX:0134-26-6588 MAIL:info@otaru-koyou.jp



受付印



申込み識別番号
R7B1