

# 就労セミナー項目

## 1. 『自分を知らう』

実施予定日 年 月 日

自分の現在の状態を「職業準備性住宅」と照らし合わせ、就職に向けて何を身につけるべきかを考えます。

## 2. 『ストレスの対処方法』

実施予定日 年 月 日

職業生活でも日常生活においても、ストレスを感じる場面は多くあります。上手なストレス解消法を身につけておく事が、とても大切です。

## 3. 『職場での適切なコミュニケーション』

実施予定日 年 月 日

職場での人間関係を築くのが苦手な方は多いです。社会人として適切なコミュニケーションを学ぶ事で、適切な人間関係構築に活かします。

## 4. 『ビジネスマナー』

実施予定日 年 月 日

社会人としての振る舞い方を学びます。

## 5. 『履歴書・職務経歴書の書き方』

実施予定日 年 月 日

履歴書・職務経歴書はただ「書け」ば良いということではありません。企業へアピールできる書き方のコツを学びます。

## 6. 『面接の受け方』

実施予定日 年 月 日

面接は誰でも緊張するものです。面接の心構えや気をつける事をしっかりと確認し、自信を持って面接に臨めるようにしましょう。

## 7. 『働き続ける為に大切なこと・わたしノート作成』

実施予定日 年 月 日

これまでのセミナーを通して理解を深めた「自分」について、得意な事や配慮して欲しい事など、働く上で自分の知って欲しい事をノートにまとめましょう。働き続けるためには、「働きたい」という強い気持ちを持ち続ける事が大切です。働く理由は人それぞれですが、夢や目標を再確認して「働きたい」気持ちを育てましょう。



# 就労セミナーの説明

## 就労セミナーの目的

このセミナーは就職に向けて、また就職してからも必要となる、生活面での留意点や職場でのコミュニケーション、マナー等を学んで頂くために行います。職場での人間関係で悩んだり、それが原因で離職した方、何度も面接を受けても採用が決まらない、いつも書類選考から先へ進めない、という方も多いのではないのでしょうか？

このセミナーでは、自分で考え、意見を伝え、さらに他の方の意見を聞くことで『自分でできる・できそうな』方法やコツを探して頂くことが目的です。

## 就労セミナーのルール

### ①参加は自由です

体調が優れない時や、緊張が強すぎてその場にいるのが辛い時など、途中で退席していただいても大丈夫です。

### ②他人の意見を尊重しましょう

他の人の意見で、「おかしいな。」「間違っているのでは？」と思うことがあるかも知れません。その様な時に間違いや欠点を指摘するのではなく、良い意見や良いところに注目するようにしましょう。そうすることで、皆さん自身も安心して意見を出せる様になります。

### ③まずは自分で考える

働きやすさや、目標などは人それぞれです。あくまで「自分のため」のセミナーですので、まずは自分でしっかりと考えてから他の人の意見を参考にしましょう。

### ④秘密を守る

セミナーの中での意見交換の場面では、個人的な情報が出てくる場合があります。セミナーで聞いた内容は、「ここだけの秘密」にして、お互いに安心して意見を出し合える様にしましょう。

