

主催：埼玉県

会場：埼玉しごとセンター セミナー室 ほか

埼玉県のマスコット  
コバトン&さいたまっちゃん

# 就職支援セミナー

参加無料

予約制

雇用保険受給中の方へ  
利用証明書発行

令和6年

7月

受付開始

6/12 水

対象年齢別に色分けしています。対象のセミナーをお確かめの上お申込みください。  
各セミナーの詳しい内容は裏面をご覧ください。

39歳以下 又は正社員経験の少ない方(学生含む)

39歳以下 又は正社員経験の少ない方(学生含む)

女性対象 年齢制限なし

全年齢

※このセミナーは厚生労働省若年地域連携事業です。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 企業人材サポートデスクさいたま 14:00-15:30 実践就職セミナー &企業説明会 定員:来場 20名 オンライン 100名	4 埼玉しごとセンター 14:00-16:00 女性のための 面接対策セミナー 定員:オンライン 150名	5 埼玉しごとセンター 14:00-16:00 ②応募書類の 書き方のポイント 定員:来場 40名 オンライン 100名	6
7	8 埼玉しごとセンター 14:00-16:00 就活・職場で活かせる 「自己肯定感」のトリセツ 定員:オンライン 150名	9 埼玉しごとサポート 14:00-16:00 就職支援セミナー in 伊奈 定員:来場 30名	10 企業人材サポートデスクさいたま 14:00-15:30 実践就職セミナー &企業説明会 定員:来場 20名 オンライン 100名	11 埼玉しごとセンター 14:00-16:00 経験を自信に変える! 自己理解の方法 定員:オンライン 150名  埼玉しごとサポート 14:00-16:00 就職支援セミナー in 加須 定員:来場 16名	12 	13
14	15 	16 埼玉しごとセンター 10:30-12:00 あがり症改善セミナー 定員:オンライン 30名  埼玉しごとセンター 13:30-15:30 質問力セミナー 定員:オンライン 30名	17 企業人材サポートデスクさいたま 14:00-15:30 実践就職セミナー &企業説明会 定員:来場 20名 オンライン 100名	18 埼玉しごとセンター 14:00-16:00 強み引き出しセミナー 定員:来場 20名	19 埼玉しごとセンター 13:30-15:30 睡眠の法則 定員:オンライン 50名	20
21	22	23 埼玉しごとセンター 10:30-12:30 ストレス社会を生き抜く ための心理学講座 定員:オンライン 50名	24 埼玉しごとサポート 14:00-16:00 就職支援セミナー in 草加 定員:来場 30名	25 埼玉しごとセンター 13:30-16:30 実践面接対策セミナー 定員:来場 20名	26 埼玉しごとサポート 14:00-16:00 就職支援セミナー in 川越 定員:来場 30名	27
28	29	30 	31 企業人材サポートデスクさいたま 14:00-15:30 業界・職種セミナー &企業説明会 定員:来場 20名 オンライン 30名			

**お申込み方法** (セミナーにより申込み先が異なりますので、ご注意ください)

埼玉しごとセンターのセミナーは、右のホームページからお申込みください。受講には利用者登録が必要です。まだ登録がお済みでない方は、ホームページから、又はご来場の上で手続きをしてください。

(来場参加の方は、セミナー当日でも開講前に手続きができます。ホームページから手続きをする場合は、お申込みから登録完了まで数日かかりますのでご注意ください。)

※オンラインでの受講には、PCなどの機器にZoomアプリがインストールされている必要があります。  
※来場参加の方が参加をキャンセルされる場合や遅刻する場合は、必ず電話でご連絡ください。

【ご参加にあたってのお願い】

- 2日前から当日までに発熱など風邪の諸症状のある方、体調不良の方のご参加はご遠慮ください。
- 状況により本セミナーは中止となる場合がございます。

埼玉しごとセンターホームページ  
<https://hwus.jp>



お問合せは TEL.048 (826) 5932  
受付時間：月～金 10:00～19:00、土 10:00～17:00  
※日曜・祝日・年末年始は休み

埼玉しごとサポート 企業人材サポートデスクさいたま のセミナーの詳細・お申込みについては、裏面下部の各ホームページをご覧ください。

# 各セミナーの内容

**39歳以下** (又は正社員経験の少ない方〈学生含む〉)  
※このセミナーは厚生労働省若年者地域連携事業です。

16日(火)10:30-12:00

## オンライン限定 人前で話すのが楽になる あがり症改善セミナー

講師：(株)ピクトワークス 代表 渡瀬 謙氏  
口べた、あがり症、人見知りなど内向型で、職場でのコミュニケーションが十分にできずに悩んでいる方、会話のきっかけづくりに役立つ内容をお伝えします。

16日(火)13:30-15:30

## 質問力セミナー

講師：(株)ピクトワークス 代表 渡瀬 謙氏  
会話が苦手な人の多くは、質問が苦手です。上手に質問ができるようになると、会話が流暢になるので人付き合いもラクになります。また、質問の仕方によっては、会議や面接の場などでも、自分を適切にアピールすることができます。この講座を通して質問力を身につけましょう。

18日(木)14:00-16:00

## 強み引き出しセミナー

### 「社会が求める自分の力」に気づき、社会で活躍できる人材になろう！

講師：早坂 明美氏  
企業がどんな人材を求めているのか？社会が求める自分の力は何なのか？面接対策や自己PR等に活かせる、自分の「強み」に焦点を当ててお伝えします。

19日(金)13:30-15:30

## 睡眠の法則 ～就活のパフォーマンスを高める～

講師：健康経営エキスパートアドバイザー 中村 香織氏  
睡眠などの生活習慣が乱れると、パフォーマンスの低下や睡眠不足によるイライラなど様々な不調が発生します。日常のちょっとした工夫で改善できる法則をお伝えします。

23日(火)10:30-12:30

## ストレス社会を生き抜くための心理学講座

講師：ベリテワークス株式会社 代表取締役 浅賀 桃子氏  
職場や日常生活などでストレスを抱えることも多いでしょう。ストレスの大半が「人間関係に通じるとも言われています。人間関係を円滑にし「悩んでいたことが」ちょっとラクになる」そんなコツをやさしく学べる心理学講座です。

埼玉しごとサポート 企業人材サポートデスクさいたま のセミナーの詳細・お申込みは、各ホームページをご覧ください。(この面の下部参照)

25日(木)13:30-16:30

## 実践面接対策セミナー ～「不安な面接…」このセミナーで自信がきます～

講師：石川 浩乃氏 五十嵐 ゆき氏 秋元 紳司氏  
「模擬面接」を通じて「実践力」を養います。自信を持って面接に臨むには準備と練習が必要です。自己PRや素直な気持ちを表現できるよう「伝える力」を身に付けましょう！模擬面接では講師からアドバイスを受けられます。

39歳以下 (又は正社員経験の少ない方〈学生含む〉)

5日(金)14:00-16:00

基本

## ②ライバルに差をつける！応募書類の書き方のポイント

「学校名や会社名が変わった場合どうすればいいの？」「履歴書は手書き・パソコンどちらで作成すればいいの？」本セミナーは就職活動で困ってしまうことの多い応募書類の書き方について学ぶセミナーです。

8日(月)14:00-16:00

## 就活・職場で活かせる「自己肯定感」のトリセツ

「自己肯定感」とは、自分を否定せず、ありのままの自分を受け容れる考え方です。「自己肯定感」を高めることで、より前向きに、自分に自信を持てるようになります。「自己肯定感」の特徴と対処法を理解し、日々の仕事や生活の場面で実践しましょう。

11日(木)14:00-16:00

## 経験を自信に変える！自己理解の方法

### ～クォーターライフクライシスの乗り越え方～

他者と比べて結果が出せているか心配だ、自分だけが取り残されている感じがする、といった他者との比較によって不安になったり落ち込むことから就活の一步を踏み出しにくい状況になっていませんか？今までの仕事やプライベートで培ってきた能力やスキルは必ずあります。大切なことは、過去の棚卸しと未来への希望のクロスポイント。自分をよく知り、経験を自信に変えるポイントをお伝えします。

## 女性対象 (年齢制限なし)

4日(木)14:00-16:00

## 女性のための面接対策セミナー ～面接で自分を最大限にアピールしよう～

面接は大切なマッチングの場です。自身の強みを知り、自信をもってアピールできるようPREP法の具体例を使いながら解説します。面接の場面を講師がロールプレイングしてみせ、ポイントの解説もします。

来場参加の方の持ち物

・ご利用者カード ・筆記用具

※新規登録の方、オンラインでご登録の方のうちまだご利用者カードを持っていない方は、当日総合受付で発行手続きをしてください。

# 若者コーナー就職相談

予約制  
1回 45分間

Web相談も  
実施中!!

「就職活動」って何をしたらいいかわからない」「自分がどんな仕事に向いているかわからない」こんな方は就職相談を受けてみませんか？就職専門のキャリアコンサルタントが丁寧にお話を伺い、情報提供やアドバイスを行います。Zoomを利用したオンラインでの相談も実施しています。お気軽にご利用ください。

ご予約はお電話で

☎048(826)5931

【相談・受付時間】  
月～金曜 10:00～19:00 土曜 10:00～17:00  
※日曜・祝日・年末年始は休み

【注意事項】  
相談の都合上、予約時間に開始できないことがあります。あらかじめご了承ください。  
予約をキャンセルする場合や予約時間に遅れる場合は、必ず事前にご連絡ください。  
ご連絡なく10分以上遅刻した場合は、キャンセルされたものと判断いたします。

# ハローワークコーナー 求人情報提供・職業紹介

併設のハローワークコーナーでは、ハローワークの相談員が全国の求人情報を提供するとともに、職業相談や職業紹介を行います。(雇用保険及び求人申込みの手続きは行っておりません。)

☎ 048(762)6522

【利用時間】月～金曜 10:00～19:00  
※土・日・祝日・年末年始は休み

# 埼玉しごとセンター

## 若者コーナー&女性コーナー

〒336-0027 埼玉県さいたま市南区沼影 1-10-1  
ラムザタワー 3階 048(826)5601  
(JR 埼京線「武蔵野線」武蔵浦和駅西口から徒歩3分)  
<https://hwus.jp/corner/young>  
<https://hwus.jp/corner/woman>



各種SNSは  
コチラ!



就職したい **すべて** の方のための

参加無料 予約制

# 埼玉しごとサポート

令和6年4月から、埼玉県セカンドキャリアセンター は名称を変更しました。

## 就職相談・就職支援セミナーを

県内8か所 所沢市・草加市・川越市・加須市  
春日部市・深谷市・秩父市・伊奈町 で実施しています。

お問合せ  
お申込み

☎049-265-5844

受付時間：月～金 9:00～17:00  
土曜・日曜・祝日・年末年始を除く

<https://careercenter-branch.com/>



埼玉県企業人材サポートデスクさいたま 主催

# セミナー&企業説明会

参加無料

予約制

就活のためのセミナーと、埼玉県内に事業所や拠点のある企業の説明会・個別相談会とを合わせた、「セミナー&企業説明会」を月3～5回のペースで実施しています。

詳細・お申込みは右の二次元コードからどうぞ

[https://hwus.jp/seminar/seminar\\_cat/sc180](https://hwus.jp/seminar/seminar_cat/sc180)

