

# 就職支援セミナー

ミドル・就職氷河期・シニア向け

オンラインセミナー  
多数開催中！

主催：埼玉県  
会場：埼玉しごとセンター  
セミナー室 ほか

埼玉県マスコット  
「コバトン」「さいたまっち」

令和 7 年

11月

参加無料

予約制

雇用保険受給中の方へ **利用証明書発行**

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うえお申込みください。各セミナーの詳細内容は裏面をご覧ください。

59歳以下

ミドル・就職氷河期  
(35-59歳)

シニア  
(概ね60歳以上)

全年齢

| 日  | 月                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 火                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 水                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 木                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 金                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 土  |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1  |
| 2  | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 8  |
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 14:00-15:30  埼玉しごとセンター<br><b>就職活動の基本</b><br>定員: 来場 40名 / オンライン 120名<br><br>14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈深谷〉<br>定員: 来場 30名                                                                                                                                                                              | 14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈武蔵浦和〉<br>定員: 来場 20名 / オンライン 80名                                                                                                                                                                      | 14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈熊谷〉<br>定員: 来場 30名                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈川越〉<br>定員: 来場 30名                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |    |
| 9  | 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 13                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 15 |
|    | 14:00-15:30  埼玉しごとセンター<br><b>人生設計ワークで<br/>キャリア再発見！</b><br>定員: オンライン 150名<br><br>14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈川越〉<br>定員: 来場 30名 | 15:00-16:30  埼玉しごとセンター<br><b>あなたの思いが届く<br/>コミュニケーション術</b><br>定員: オンライン 120名<br><br>11:00-12:30  埼玉しごとセンター<br><b>自分に合った<br/>生き方・働き方探し</b><br>定員: オンライン 120名<br><br>14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈熊谷〉<br>定員: 来場 30名 | 14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈武蔵浦和〉<br>定員: 来場 20名 / オンライン 80名<br><br>14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈川越〉<br>定員: 来場 30名 | 11:00-12:30  埼玉しごとセンター<br><b>オンライン印象アップ講座</b><br>定員: オンライン 150名<br><br>15:00-16:30  埼玉しごとセンター<br><b>シニアのための<br/>キャリア・ライフデザイン</b><br>定員: オンライン 120名<br><br>14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈熊谷〉<br>定員: 来場 30名 | 14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈川越〉<br>定員: オンライン 80名                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |    |
| 16 | 17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 19                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 22 |
|    |                                                                                                                                                                                                                                             | 14:00-16:00  埼玉しごとサポート<br><b>就職支援セミナーin伊奈</b><br>定員: 来場 30名                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈武蔵浦和〉<br>定員: 来場 20名 / オンライン 80名<br><br>14:00-16:00  埼玉しごとサポート<br><b>就職支援セミナーin草加</b><br>定員: 来場 30名              | 14:00-15:30  埼玉しごとセンター<br><b>自分に合った<br/>生き方・働き方探し</b><br>定員: 来場 40名 / オンライン 120名<br><br>14:00-16:00  埼玉しごとサポート<br><b>就職支援セミナーin川越</b><br>定員: 来場 30名 / オンライン 30名                                                                                                                                                        | 11:00-12:30  埼玉しごとセンター<br><b>はじめてでも大丈夫！<br/>ChatGPT活用入門</b><br>定員: オンライン 150名<br><br>15:00-16:30  埼玉しごとセンター<br><b>効果的な求人情報の<br/>探し方と活動の進め方</b><br>定員: オンライン 120名<br><br>14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈川越〉<br>定員: 来場 30名<br><br>14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈行田〉<br>定員: 来場 30名 |    |
| 23 | 24                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 29 |
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 14:00-16:00  埼玉しごとサポート<br><b>就職支援セミナーin所沢</b><br>定員: 来場 30名<br><br>14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈本庄〉<br>定員: 来場 30名                                                                                                                                                                                  | 14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈武蔵浦和〉<br>定員: 来場 20名 / オンライン 30名                                                                                                                                                                    | 14:00-15:30  埼玉しごとセンター<br><b>ストレスマネジメント</b><br>定員: オンライン 150名<br><br>14:00-16:00  企業人材サポートデスク<br><b>セミナー &amp; 企業説明会</b><br>〈川越〉<br>定員: 来場 30名                                                                                                                                                                         | 14:00-15:30  埼玉しごとセンター<br><b>シニアのための<br/>キャリア・ライフデザイン</b><br>定員: オンライン 120名                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |    |
| 30 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |    |

## ミドル・就職氷河期 向け (35-59歳)

4日(火) 14:00-15:30

### 就職活動の基本～成功するための7つの秘訣～

就職活動を始めるうえで、絶対に知っておくべき重要項目について学びます。

10日(月) 14:00-15:30

### 人生設計ワークでキャリア再発見！

これまでの経験や希望する生き方などを整理しながら、これからのキャリアプランを設計してみませんか？

11日(火) 15:00-16:30

### あなたの思いが届くコミュニケーション術

就職活動や面接で、ご自身の志望動機や熱意を伝えるシーンが多々あります。相手の立場や気持ちを尊重しながら自分の思いを伝える表現方法を学びませんか？

21日(金) 15:00-16:30

### 効果的な求人情報の探し方と活動の進め方

求人情報の種類や探し方、アプローチ方法の基本と、応募活動の進め方について学びませんか？求人情報を見るポイントについても説明します。

27日(木) 14:00-15:30

### ストレスマネジメント

就職活動中や働く上で感じるストレスの正体と具体的な対処法を知り、ストレスを味方に付けましょう！



**来場参加の持ち物** 筆記用具をお持ちください。

## シニア 向け (概ね60歳以上)

11日(火) 11:00-12:30

20日(木) 14:00-15:30

### 自分に合った生き方・働き方探し

～シニアの労働市場を知って、自分に合ったしごとを見つけよう～

変化の激しい社会環境の中で、自己理解を深め、自分に合った働き方を考える方法を学びます。

13日(木) 15:00-16:30

28日(金) 14:00-15:30

### シニアのためのキャリア・ライフデザイン

これからの人生における「生きがい」などを整理しながら、様々なキャリアについて考えていきましょう。

## 全年齢 向け

13日(木) 11:00-12:30

### オンライン印象アップ講座

～第一印象で損しないための3つのポイント～

オンラインでの第一印象の重要性を理解し、表情・声・マナーの3つの視点から、印象をよくする方法を学びましょう。

21日(金) 11:00-12:30

### はじめてでも大丈夫！ChatGPT活用入門

～AIとの対話で、毎日にちょっとしたヒントを～

ChatGPTの基本的な使い方を理解し、日常生活や就職活動などで効果的に使いましょう！

## 就職相談

予約制・1回45分

ご予約はお電話で

☎ 048 (826) 5931

オンライン  
相談も  
実施中!!

「自分の年齢でどんな仕事に就けるのか」「これからどんな仕事に挑戦すればいいか」「書類が通らず面接につながらない」など、あらゆる就職活動の悩みをご相談いただけます。専門のキャリアコンサルタントが丁寧にお話をうかがい、あなたの疑問や悩みへのアドバイスを行います。

【相談・受付時間】

月-金 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

### ミドル・就職氷河期・シニア 各コーナー

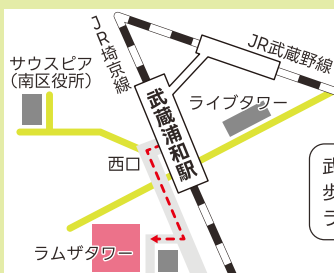
〒336-0027 埼玉県さいたま市南区沼影 1-10-1

ラムザタワー 3階 048(826)5611

(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/middle>

<https://hwus.jp/corner/senior>



武蔵浦和駅西口から  
歩行者デッキを通り  
ラムザタワー 2階へ

※専用の駐車・駐輪スペースがありませんので、公共交通機関をご利用ください。

## 各種セミナーお申込み方法

セミナーにより申込み先が異なります。詳しくは各ホームページをご覧ください。

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できますが、受付の混雑が予想されます。

ホームページからの手続きをお勧めします。

※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をされる場合は、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がある方、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



<https://hwus.jp/seminarevent>

埼玉しごとサポート



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

埼玉県企業人材  
サポートデスク



<https://hwus.jp/jobfair>