

就職支援セミナー

ミドル・就職氷河期・シニア向け

参加無料

予約制

雇用保険受給中の方へ利用証明書発行

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」

オンラインセミナー
多数開催中！



令和8年

2月

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。

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
	11:00-12:30 埼玉しごとセンター はじめてでも大丈夫！ ChatGPT活用入門 定員：オンライン 150名	14:00-15:30 埼玉しごとセンター シニアのための キャリア・ライフデザイン 定員：来場40名 オンライン120名	14:00-16:00 企業人材サポートデスク セミナー＆企業説明会 (武藏浦和) 定員：来場20名 / オンライン80名	15:00-16:30 埼玉しごとセンター 面接で差をつける マスター講座！ 定員：オンライン 120名	14:00-16:00 企業人材サポートデスク セミナー＆企業説明会 (川越) 定員：来場 30名	
8	9	10	11	12	13	14
	14:00-16:00 企業人材サポートデスク セミナー＆企業説明会 (熊谷) 定員：来場 30名	14:00-16:00 企業人材サポートデスク セミナー＆企業説明会 (川越) 定員：オンライン 80名	14:00-16:00 企業人材サポートデスク セミナー＆企業説明会 (川越) 定員：来場 30名	15:00-16:30 埼玉しごとセンター 面接や職場で役立つ！ ビジネスマナー・コミュニケーション 定員：オンライン 150名	14:00-15:30 埼玉しごとサポート 就職支援セミナーin伊奈 定員：来場 30名	
15	16	17	18	19	20	21
	14:00-15:30 埼玉しごとサポート 就職支援セミナーin加須 定員：来場 30名	14:00-16:00 企業人材サポートデスク セミナー＆企業説明会 (深谷) 定員：来場 30名	14:00-15:30 埼玉しごとサポート 就職支援セミナーin草加 定員：来場 30名	15:00-16:30 埼玉しごとセンター 就職活動の基本 定員：オンライン 120名	11:00-12:30 埼玉しごとセンター オンライン印象アップ講座 定員：オンライン 150名	
22	23	24	25	26	27	28
		14:00-15:30 埼玉しごとセンター あなたの思いが届く コミュニケーション術 定員：来場40名 オンライン120名	14:00-15:30 埼玉しごとサポート 就職支援セミナーin春日部 定員：来場 30名	14:00-16:00 企業人材サポートデスク セミナー＆企業説明会 (熊谷) 定員：来場 30名	14:00-15:30 埼玉しごとセンター 自分に合った生き方・ 働き方探し Vol.2 定員：来場40名 オンライン120名	
		14:00-15:30 埼玉しごとサポート 就職支援セミナーin所沢 定員：来場 30名	14:00-16:00 企業人材サポートデスク セミナー＆企業説明会 (武藏浦和) 定員：来場20名 オンライン30名		14:00-16:00 企業人材サポートデスク セミナー＆企業説明会 (川越) 定員：来場 30名	
		14:00-16:00 企業人材サポートデスク セミナー＆企業説明会 (本庄) 定員：来場 30名				

各セミナーの内容

ミドル・就職氷河期 向け (35-59歳)

5日(木) 15:00-16:30

面接で差をつけるマスター講座！

面接は事前準備が重要です！内定を勝ち取るために面接対策ノウハウを習得しましょう。

12日(木) 15:00-16:30

面接や職場で役立つ！ ビジネスマナー・コミュニケーション

ビジネスマナーとビジネスシーンに求められるコミュニケーション法を学びましょう。

19日(木) 15:00-16:30

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。

20日(金) 15:00-16:30

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！

24日(火) 14:00-15:30

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くあります。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？



来場参加の持ち物 筆記用具をお持ちください。

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っています。

(雇用保険及び求人申込みの手続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「武藏浦和」駅西口から徒歩3分)

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

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



※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>

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

シニア 向け (概ね60歳以上)

3日(火) 14:00-15:30

19日(木) 11:00-12:30

シニアのためのキャリア・ライフデザイン

人生をより豊かに、充実して過ごすためにーこれから生き方や働き方を見つめ直し、「生きがい」や「価値観」を整理しながら、自分らしいキャリアの可能性を探ります。

5日(木) 11:00-12:30

自分に合った生き方・働き方探し Vol.1

~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~
60代からのキャリア再構築—社会の変化に対応する“自分軸”的見つけ方

27日(金) 14:00-15:30

自分に合った生き方・働き方探し Vol.2

~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。

全年齢 向け

2日(月) 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！

20日(金) 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する
- 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ぶなど