

令和6年9月

求職者向け

参加費無料!



あなたとキャリアの架け橋に  
こうとう若者の女性  
しごとセンター

# セミナースケジュール

こうとう若者・女性しごとセンターは、区内中小企業の採用のお手伝い、求職者への職業紹介を行っています。また、就職や採用のためのセミナーを数多く開催しています。

令和6年 8月15日(木) 9:30~受付開始



申込み専用フォームはこちらのQRコードから

お申込みには、**当センターの利用登録**が必要です。

未登録の方は、セミナーのお申込み前に利用登録をお願いいたします。詳しくは、裏面の注意事項をご確認ください。

- ◇発熱や強い倦怠感・体調不良の方の参加はご遠慮ください。
- ◇来館時のマスク着用・検温・手指の消毒は任意です。
- ◇ご参加の際は、机1台につき2名でご着席いただく場合がございますのでご了承ください。

9日(月) 10:30~12:30

どなたでも

職場で求められるPCスキル講座  
-実務Excel編-

抽選

10日(火) 10:30~12:30

どなたでも

職場で求められるPCスキル講座  
-実務Word編-

抽選

11日(水) 10:30~12:30

どなたでも

職場で求められるPCスキル講座  
-実務PowerPoint編-

抽選

13日(金) 10:30~12:30

どなたでも

自分の強みが見えてくる「自己理解講座」

17日(火) 10:30~12:30

どなたでも

適職診断セミナー  
「やってみたい」×「できる」×「自分に合う」から  
適職を探ろう

18日(水) 10:30~12:30

どなたでも

基本から学べる！応募書類作成講座

20日(金) 10:30~12:30

どなたでも

印象UP！就活や仕事で役立つ  
ビジネスメールの基本

オンライン  
受講可

24日(火) 10:30~12:30

どなたでも

これだけは知っておきたい！  
面接の基本と対策講座

27日(金) 10:30~12:30

どなたでも

就職活動や職場のメンタルヘルス対策  
~セルフケア術~

オンライン  
受講可

あなたとキャリアの架け橋に  
こうとう若者の女性しごとセンター

【利用時間】平日9:30~18:00 / 土曜 9:30~17:00  
※日祝・年末年始(12/29~1/3)休業日

【所在地】〒136-0071 江東区亀戸2-19-1 カメリアプラザ9F



<https://koto-shigoto.jp/>

こうとう しごと 検索

TEL.03-5836-5160

Mail: koto-shigoto@os.tempstaff.jp

※この事業の運営は、江東区がパーソルテンプスタッフ株式会社に委託して行っています。

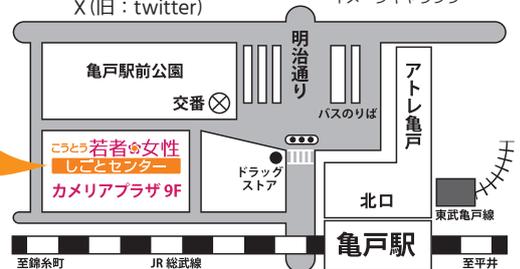
ご登録いただくと、セミナー受付開始日や抽選セミナーの当選発表、その他おすすめ情報などをタイムリーにお届けします！



ジョブカメちゃん  
こうとう若者・女性しごとセンター  
イメージキャラクター

【最寄駅】

JR総武線  
「亀戸駅」北口・  
東武亀戸線  
「亀戸駅」より  
徒歩2分



# 令和6年9月 セミナー内容



あなたとキャリアの架け橋に  
こうとう若者の女性  
しごとセンター

どなたでも 性別・年齢不問

## 職場で求められるPCスキル講座 -実務Excel編-

抽選

職場で求められているExcelの基本的な実務レベルはどのくらい？  
チェックを兼ねて、知っていると便利な機能も習得しましょう。  
※簡単な表作成や四則演算ができる方対象。

どなたでも

会場 9F セミナールーム

## 職場で求められるPCスキル講座 -実務Word編-

抽選

職場で求められているWordの基本的な実務レベルはどのくらい？  
チェックを兼ねて、知っていると便利な機能も習得しましょう。  
※簡単な表作成や図の挿入ができる方対象。

どなたでも

会場 9F セミナールーム

## 職場で求められるPCスキル講座 -実務PowerPoint編-

抽選

実務で活かせるパワーポイント資料の作り方・活用などを学びます。  
プレゼンテーションを効果的に行う方法もお伝えします。  
※Word & Excelの基本操作をマスターされている方対象。

どなたでも

会場 9F セミナールーム

## 自分の強みが見えてくる「自己理解講座」

今までの経験を思い出し、仕事に活かせる強みを探して、自分に合う職業の見つけ方を学びます。

どなたでも

会場 9F セミナールーム

## 適職診断セミナー 「やってみたい」×「できる」×「自分に合う」から 適職を探ろう

あなたの適職は、どういう仕事なのでしょう。キャリア理論に基づく「適職診断テスト」を基に、「自分に合う」仕事は何かが客観的にわかります。  
「やってみたい」×「できる」×「自分に合う」を探究して、あなたの適職を見つけましょう。

どなたでも

会場 9F セミナールーム

## 基本から学べる！応募書類作成講座

履歴書・職務経歴書は自分自身のプレゼンテーションツールです。ペアワークを通して自分の強みを発見し、アピールする方法をお伝えします。併せて履歴書・職務経歴書・添え状の基本的な書き方と重要ポイントも解説します。

どなたでも

会場 9F セミナールーム

## 印象UP！就活や仕事で役立つ ビジネスメールの基本

オンライン  
受講可

就活や仕事を円滑に進めるために欠かせないビジネスメール。文書の目的と基本ルールを知ること、相手に伝わりやすい文章を作れます。読み手が一読して理解できるビジネス文書作成の基本を学びましょう。

どなたでも

会場 9F セミナールーム

## これだけは知っておきたい！ 面接の基本と対策講座

様々な企業の面接にも対応できるように、面接の流れや、目的、マナー、ルールなど「面接の基本」を学びます。採用担当者の質問の意図を知ること、自信をもって面接にのぞむことができるようになります。

どなたでも

会場 9F セミナールーム

## 就職活動や職場のメンタルヘルス対策 ～セルフケア術～

オンライン  
受講可

メンタルヘルスの基礎を学び、自分とストレスの関係を整理して、ストレスとの向き合い方を考えます。セルフケアを行うと、自己肯定感を保ちながら就職活動にのぞむことができます。

どなたでも

会場 9F セミナールーム



## 注意事項

- ◇すべてのセミナーについて、お申込みには**当センターの利用登録**が必要です。登録方法は、ホームページまたはお電話でご確認ください。
- ◇各セミナーのお申込みは、**8月15日(木)9:30～** ホームページの申込フォーム(表面 QR 記載)からまたはお電話でお申込み順でお受けします。※PC講座は抽選になります。
- ◇オンラインセミナーは**開催8日前まで**にお申込みください。
- ◇当センターのセミナー受講が**初めての方を優先**とさせていただきます。
- ◇月に3講座までのお申込みとなります。
- ◇PC講座は、受付メット8月20日(火)まで。応募多数の場合は、江東区民の優先枠(5割)を設け、抽選となります。  
※利用登録がお済でない方は、8月20日(火)までに面談を含む利用登録の完了が必要です。  
※抽選結果は、8月22日(木)に当センターホームページで当選者 ID を発表します。ご確認の上、返信いただくことで参加確定となります。
- ◇開催時間から20分以上遅れてのご参加は、当日の電車遅延等やむを得ない理由を除き、ご遠慮いただいております。
- ◇感染状況などやむを得ない理由により、講座が中止になる可能性があります。



登録ページ

