

プチワークショップ in 五所川原

時間ごとに異なるテーマをご用意しています。
今のあなたに必要なスキルをピンポイントで学べます。



参加無料



オンライン受講可能



一般駐車場無料



45歳未満の方対象

8月26日（水）会場：五所川原市民学習センター 視聴覚室

（青森県五所川原市一ツ谷503-5）

雇用保険受給中の方は、求職活動実績になります。

8/26_(水)



① 10:00 ～ 10:50／ストレスマネジメント編

ストレスは敵？ストレスの対処法を知ろう。

② 11:00 ～ 11:50／モチベーションアップ編

2つのエンジンの仕組みを知る/私の強みはどこにある？ワーク。

③ 13:30 ～ 14:20／AI 活用 編

志望動機や自己分析に迷わない！AIを就活の味方に。

④ 14:30 ～ 15:20／面接対策 編

リフレーミングとよくある質問対策。

ストレスマネジメント編

モチベーションアップ編 講師

福岡 美樹

就職支援センターでの豊富な相談実績があり、参加者の気持ちに寄り添い、
就職活動に必要なスキルを支援。



1コマのみの受講も可能です。お気軽にご相談ください。

お問合せ



〒030-0803 青森市安方1丁目1番40号 青森県観光物産館アスパム3階
TEL : 017-731-1311 FAX : 017-731-1312 <https://www.jobcafe-aomori.jp/>



50分で変わる！ステップアップセミナー

プチワークショップ in 五所川原

お申込みはこちら▶

TEL・FAX・ホームページにて
お申込みください。

☐ TEL：017-731-1311

☐ FAX：017-731-1312

☐ ホームページ：<https://www.jobcafe-aomori.jp/>



- 受講される方はジョブカフェあおりの登録が必要です。（無料/当日可）
- キャンセルされる場合は、お手数ですがご連絡くださるようお願いいたします。
- 開始時間までにご入場ください。途中参加の場合は受講証明を発行できない場合があります。

《 参加申込書 》

受講講座	① 8月26日（水）10:00～10:50 ストレスマネジメント編 ② 8月26日（水）11:00～11:50 モチベーションアップ編 ③ 8月26日（水）13:30～14:20 AI活用編 ④ 8月26日（水）14:30～15:20 面接対策編	☐ 対面 ☐ オンライン ☐ 対面 ☐ オンライン ☐ 対面 ☐ オンライン ☐ 対面 ☐ オンライン	
フリガナ 参加者氏名		登録番号	
性別	男 ・ 女	年齢	歳
		(45歳未満の方対象)	
電話番号			
メールアドレス (オンライン 希望者のみ)	※申込受付後、参加用のZoomURLをメールにてご案内いたします。		

ジョブカフェあおりでは、就活に役立つイベント・セミナーを開催しております。
最新情報は、ホームページ・各SNSなどでご確認ください。



Website



X (旧Twitter)



Facebook



Instagram



LINE

※登録内容および申込内容は、下記の目的の範囲内において利用させていただきます。

(1)当センターでのサービス向上のための取組み (2)ご本人様確認 (3)サービス利用後の就職状況の確認

※個人情報の取り扱いについては、ジョブカフェあおり「個人情報の取り扱い」についてをご覧ください。



青森県若年者就職支援センター

ジョブカフェあおり

JOB CAFE AOMORI