

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

——workshop

日程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 |  無料駐車サービス券あり |  45歳未満の方対象

《8月は2回開催!! 8/12_Excel編・8/18_AI編・モチベーション編》

雇用保険受給中の方は、求職活動実績になります。

8/12 (水) 

① 9:30 ～ 10:20 / Excel 基礎編

エクセルの画面構成、セルの選択・データ入力や修正など

② 10:30 ～ 11:20 / Excel 時短編

ショートカットキーなどおすすめ便利機能

8/18 (火) 

① 9:30 ～ 10:20 / AI活用編

志望動機や自己分析に迷わない！AIを就活の味方にする

② 10:30 ～ 11:20 / モチベーション維持編

やる気を習慣に変えるマネジメント術

お問合せ



青森県若年者就職支援センター
ジョブカフェあomorい

〒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/>



厚生労働省 青森労働局委託 令和8年度若年者地域連携事業

お申込みはこちら

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

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。
- アスパム駐車場ご利用の方は無料駐車サービス券（2時間分）をお渡ししております。
- 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12日（水）9:30～10:20 Excel基礎編	☐ 対面 ☐ オンライン	
	② 8月12日（水）10:30～11:20 Excel時短編	☐ 対面 ☐ オンライン	
	① 8月18日（火）9:30～10:20 AI活用編	☐ 対面 ☐ オンライン	
	② 8月18日（火）10:30～11:20 モチベーション維持編	☐ 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 (45歳未満の方対象)	歳
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

JOBCAFE AOMORI