

対象者

45歳未満の方

学生・在職中の方も受講できます

参加  
無料

Zoom

事前  
申込制

Zoomでライブ配信！自宅や学校に居ながら聴講できます。

9/20  
(水)

### 15:00～15:20 コミュニケーションカアップ! アサーション

自分の気持ちも相手の気持ちも大切にする「アサーション」を学び、コミュニケーション術を磨きましょう。

15:30～15:50

### 志望動機と自己PRの答え方

面接で必ず聞かれる志望動機と自己PR。質問の意図と答え方のポイントをご紹介します。

10/17  
(火)

### 15:00～15:20 キャリアデザイン

WOMAN WORKING CAFEコラボ！女性がキャリアデザインする際のポイントをご紹介します。

働く・働きたい  
女性を応援！  
ウーマン  
ワーキングカフェ



学生に  
おすすめ

10/26  
(木)

### 15:00～15:20 印象アップ!面接マナー

企業との電話の仕方、面接時の振る舞いなど、見落としがちなマナーを再確認しましょう。

15:30～15:50

### インターンシップの基本

インターンシップの目的やメリット、青森県内企業のインターンシップ情報の探し方などをご紹介します。

11/16  
(木)

### 15:00～15:20 自己分析

自分に合う仕事を選ぶには、自己分析が重要です。自己分析の3つの輪など、ポイントを学びましょう。

15:30～15:50

### 仕事選びに活かせる求人票の見方

何を見ればいいのかわからない...という疑問を解消！雇用形態や給与形態、休日など、ハローワーク求人票の見方のポイントをご紹介します。

12/14  
(木)

### 15:00～15:20 応募書類の書き方

履歴書や職務経歴書の書き方の基本、書類郵送時のマナーを学びます。企業に思いが伝わるよう準備をしましょう。

15:30～15:50

### 面接対策

面接の基本的なマナーや必勝の5つの心得をご紹介します。面接本番で慌てないようにしっかり準備しましょう！

ライブ配信は、雇用保険の求職活動の実績になります。

より短時間で学べるオンデマンドも毎月配信中！  
(裏面ご参照)

詳細・  
お申込み



就活あおゼミHPよりお申込みください。  
(セミナー前日まで受付)  
セミナー参加には、ジョブカフェあおもりへのご登録が必要です。