

令和  
2年度

# くまサポセミナー

若者の「働きたい」を応援します！！

就職活動のコツを  
知りたい

自信を持ちたい

自分に合った職業を  
知りたい

面接に強くなりたい

コミュニケーション  
スキルを学びたい

踏み出すきっかけが  
欲しい

**対象**

15～49歳の無業状態の若者  
(氷河期世代の方)

**会場**

ハローワーク宇城 (会議室)

**講師**

公認心理師 臨床心理士 嶋村泰代 講師  
キャリアコンサルタント 草野幸栄子 講師

	日程	時間	セミナー内容
1回目	令和3年 1月7日(木)	10:30～12:00	【認知の力を高めよう】 認知を高めるワークを紹介し、実際に体験します
2回目	令和3年 1月7日(木)	13:00～14:30	【リラクゼーション】 心と体をリラックスさせ、就労意欲を高めましょう
3回目	令和3年 1月14日(木)	10:30～12:00	【自分を知って仕事に就こう】 ワークをしながら働く上で大切なことについて考えます
4回目	令和3年 1月14日(木)	13:00～14:30	【仕事力(強み)を知ろう】 自分の強みを知り自分らしい働き方について考えます

参加をご希望の方は下記のいずれかでお申し込みください。

- ①裏面の参加申し込み用紙に必要事項を記入し、ハローワーク宇城の窓口へ渡す
  - ②参加申し込み用紙の内容をお電話もしくは、メール、FAXでくまもとサポステに直接申し込む
- ※申し込みが確認できましたら「くまもと若者サポートステーション」より折り返しご連絡します

(お問い合わせ先)

ハローワーク宇城 0964-32-8609

くまもと若者サポートステーション 096-365-0117