

令和  
3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 江崎智見 講師

	日程	時間	セミナー内容
1回目	令和3年 7月5日(月)	10:30～12:00	【アサーション①】自分を知り自分を受け入れる アサーションとは、より良い人間関係を構築するための コミュニケーションスキルの1つです。 アサーションを学ぶ前に自分の物事の捉え方を整理します。
2回目	令和3年 7月5日(月)	13:00～14:30	【アサーション②】アサーションを学ぶ・使う アサーションのやり方を学び、実際に使ってみます。
3回目	令和3年 7月19日(月)	10:30～12:00	【就職活動の基本的な流れと心構えについて】 就職活動を行う上で大事なポイントについて考えます。
4回目	令和3年 7月19日(月)	13:00～14:30	【ネガティブをポジティブに変える方法を知ろう】 前向きに就職活動ができるように、自分の思考パターンを 知り、ポジティブ思考になる方法について学びます。

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に渡す
  - 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