

## 就職支援セミナー

参加費  
無料

開催日：平成25年1月23日(水)

- 時間 14:30 ~ 16:30 -

### 【テーマ】「自己理解」

#### 講座内容

- ・就職(転職)事情について
- ・自己分析の方法及びポイント
- ・キャリアの振り返り
- ・キャリア・アンカー(仕事選びにおいて重要となる個人の価値観や欲求)
- ・業種・職種の検討
- ・未経験の業界・職種に挑戦する人の自己PR
- ・自己PRワークシート

個人ワークやグループワークなどにより自分で考え表現し、効果的な就職活動のための基礎を学びます。この機会に、ご自身の理解や分析・価値観を再認識してみませんか。

#### 定員

25名(申込順)

セミナー受講にあたっては、当日、杉並区就労支援センターの利用者登録をしていただきます。

#### 講師

伊藤 那美

Nami Itoh

ジョン・ロバート・パワーズ・スクール ヴィジュアルコース及びパーソナルコース修了。日系大手商社、外資系金融機関勤務後、外資系人材紹介会社にてキャリアコンサルタントとして数多くの転職希望者及び求人企業のコンサルティングに携わる。その間も、自己表現・コミュニケーション・カウンセリングを学び、企業研修はもとより、公立小中学校をはじめ教育機関での講演・講座にも精力的に携わっている。



#### 会場

杉並区立産業商工会館 1階 展示室

(杉並区阿佐谷南3-2-19)

#### お申し込みは

電話で 杉並区就労支援センター へお申込みください。  
.03-3398-1136 (平日9:00~17:00)