

次の一步を踏み出すきっかけに

SJP
未来塾

参加無料

就職活動セミナー

2025年12月開催 研修概要



「思ってたのと違った……。」働いてみると、そういうことがある。いつも、焦って
考え込んでしまいがち。…だけど、落ち着いて振り返ってみると、少し、不安がなくなるかもしれない

12/2
火

13:30-15:00
定員 10名 ※先着順

志望動機が書けないあなたへ。 ～成果がなくても“伝わる”応募書類の書き方～

20・30・40代
の方向け

26卒 / 既卒
大歓迎

この講座では、成果だけでなく“どう考えて行動したか”という過程に焦点をあて、
あなたしさを伝える応募書類の書き方を学びます。企業が知りたいのは、
経験の大小ではなく“人となり”。考え方を整理しながら、伝わる言葉に変えていきましょう。

12/16
火

13:30-15:00
定員 10名 ※先着順

不安を自信に変える面接対策 ～準備をすればするほど面接は変わる！～

既卒・20・30代
の方向け

26卒 / 学生
大歓迎

「何を話せば良いかわからない」「緊張して言葉が出てこない」そんな面接の不安は、
「準備不足」から生まれることが多いものです。この講座では、面接で聞かれる質問の意図を
理解し、自信を持って答えられる準備をします。不安を自信に変えましょう！

12/19
金

13:30-15:00
定員 10名 ※先着順

人と話すのが不安なあなたへ。 ～エゴグラムで知る自分らしい関わり方～

20・30・40代
の方向け

26卒 / 既卒
大歓迎

「人とどう接すればいいのかわからない」「相手にどう思われるか心配」
そんな時は、まず自分のことを知ることから始めませんか？
この講座で自分の行動パターンを知り、無理のない「自分らしい関わり方」を見つけていきましょう。

12/26
金

13:30-15:00
定員 10名 ※先着順

はたらく気持ちを楽にしよう。 ～リフレーミングで学ぶストレスの捉え方～

20・30・40代
の方向け

26卒 / 既卒
大歓迎

嫌なことがあると、落ち込みませんか？
この講座では、ストレス社会を難なく過ごすための、さまざまな手法を知ることで、
日々の心配事や不安な気持ちから立ち直る力を学びます。

注意点

- 本セミナーの参加には「しがジョブパーク」の利用登録が必要となります。
利用登録はホームページまたは来所にて可能です。
- 本セミナーは雇用保険受給者の求職活動の実績になります。

\SJP未来塾/
お申込みは
こちら！



お問い合わせ

しがジョブパーク



しがジョブパーク SJP未来塾

〒525-0025 草津市西浅川一丁目 1-14 行岡第一ビル 4F

開所時間 | 9:00~17:00 月~金 (祝日・年始年末は除く)

電話番号 | 0120-69-0301 「SJP 未来塾の件で」とお伝えください。