

就業支援センターNews! 冬号

須坂市産業振興部
産業連携開発課
須坂市就業支援センター
☎ 026-246-3501
FAX 026-246-3489
2026年1月 80号

第一回求職者セミナーを開催しました！！

10月に『自分のこころを知るヒント 交流分析・エゴグラムセミナー』のテーマで求職者セミナーを開催しました。

今回は、ジョブカフェ信州就業支援地域アドバイザーの檀原美佐子先生を講師にお迎えしました。

先生の身近な例を挙げながらの解説のおかげで、参加者の皆さんには自分に置き換えて考えることができていたようでした。グループワークについても、それぞれのエゴグラム結果を元に各グループが和やかな雰囲気で談笑されている様子が印象的でした。

参加者の方々からは、「自分をみつめなおす機会になりました。気持ちが軽くなった。」「今までの講座で1番良かったです。」「大変参考になりました。グループ討議も良かったです。」等のご感想をいただきました。

先生が在籍されているジョブカフェ信州では、就職活動に役立つ多彩なセミナーを随時開催しています。今回須坂市で開催しました交流分析・エゴグラムセミナーも定期的に開催されていますので、「予定があって参加できなかった…」「ちょっと興味が湧いてきたかも！」という方は是非ご参加してみてはいかがでしょうか？



第二回求職者セミナーのお知らせ

第一回目の求職者セミナーの開催報告を終えたばかりですが、季節はあっという間に移ろいゆくもの…就職活動が活発化する時期に向けて、第二回求職者セミナーを開催いたします！

今回のセミナーでは、人間関係における「第一印象」の重要性を理解するとともに、どのようなポイントを意識して就職活動に取り組んでいくことが大切かを学びます。（応募書類にも第一印象が存在します！）心理学モデル「ジョハリの窓」を用いた自己分析を実践し、自分自身への理解を深めることで自分の強みや盲点、未知の可能性を探ってみましょう。仕事探しのタイミングは、新しい自分を発見するチャンスです！

就職支援セミナー 第一印象で得をする～新しい自分を見つける～



- ◎日時：2026年2月26日（木）午前10時～正午
- ◎場所：botaクリエイティブルーム（須坂駅前シルキービル1階）
- ◎定員：20名（託児10名まで可能）
- ◎受講料：無料
- ◎お申し込みは、電話または「ながの電子申請サービス」（インターネット）から
- ◎締切：2月19日（木）※託児希望者は2月13日（金）までに申し込みを完了してください。

電話：026-248-9033（須坂市産業連携開発課）

ながの電子申請サービス
二次元コードはこちら

URL：https://apply.e-tumo.jp/city-suzaka-nagano-u/offer/offerList_detail?tempSeq=66115

※本セミナーは、ハローワークの失業給付申請時の求職活動実績として申請が可能です。

