

## リーダー・管理職のかた向け

# キャリアを活かすジョブ・カード活用セミナー

8月19日(土) 開催

参加費無料

オンライン開催

目の前の仕事を優先し、自分のキャリアを立ち止まって考える時間がなかなか取れない…ということはありませんか？  
ジョブ・カードを使ったワークを通して、ご自身のキャリアを振り返ると、具体的な経験に触れ、次のキャリアプランを描くヒントになります。ひととき自分をリセットして、モチベーションを維持するのに役立ちます。

〈こんな方におすすめです〉

- 忙しくて、自分のキャリアを考える余裕がない
- モチベーションを保ちたい
- 周りに気を遣い、自分のことは後回しにしている
- 自分をリセットしたい



## セミナー内容

- ・ ご自分の「ライフラインチャート」を描いてみる
- ・ キャリアで達成してきた過程を振り返る
- ・ 経験から学んできたこと、困難を乗り越えてきたことに気付く
- ・ うまいかないことも含めて、今のあるがままを認める。自分をねぎらう

## 開催概要

- 日時： 8月19日(土) 14:00 ~ 15:30 ※セミナー開始5分前までにご入室をお願いいたします。
- 会場： オンライン (Zoomシステム使用)
- 費用： 無料 ※通信費は受講者様の自己負担となります。
- 締切： 8月17日(木)

■ キャリア形成・学び直し支援センターHP内「全国イベント情報」からお申し込みができます。

URL <https://carigaku.mhlw.go.jp/eventsch/50634/>

二次元バーコードは  
こちらから→



## お問合せ

### 宮城キャリア形成・学び直し支援センター

〒980-0013 宮城県仙台市青葉区花京院1-2-15 ソラプラザ3F 株式会社パソナ

☎ 022-380-7815

✉ carigaku\_miyagi@pasona.co.jp

HP : <https://carigaku.mhlw.go.jp/>

キャリア形成  
学び直し支援センター  
厚生労働省委託事業

