

## ジョブ・カード作成支援セミナー

# 学び直しのススメ！

～リスキングって何？ 必要性和本質を知ろう～

参加費  
無料

毎月2回開催

オンライン開催

リスキングを通じて「行動変容」をしていくには、リスキングの原点である「学び直すための本質は何なのか」を理解することが必要です。「自分のキャリアは自分が創る」という自律的なマインドセットを持つことをベースに、「自分自身の生きがい探しをするヒント」を、一緒に見つけてみませんか。



※雇用保険受給中の方は、求職活動実績になります。

(東京都以外の方は、事前にお住まいの地域の管轄ハローワークまでご相談ください。)

〈こんな方におすすめです〉

- リスキングは気になるが、何から始めていいかわからない
- 学び直しをしたいが、自分の目的やゴールがはっきりしない

- 過去、学び直す過程で挫折した
- 学びたいテーマが見つからない

## セミナー内容

- リスキングの背景と必要性
- 思考を整理し、優先順位を考える
- ジョブ・カードを活用し、言語化する
- 給付金を活用したリスキングについて

講師：東京キャリア形成・リスキング支援センター 所属/国家資格キャリアコンサルタント

## 開催概要

- 会場：オンライン開催（Zoomシステム使用） ※カメラはオフ、マイクはミュートでご参加いただけます  
※セミナー開始後15分以上経過してからの入室はご遠慮ください
- 費用：無料 ※通信費は受講者様の自己負担となります。
- 日時：

13:30  
～14:40

11月6日（水） 12月4日（水） 2025年1月8日（水） 2月5日（水）

11月21日（木） 12月19日（木） 2025年1月23日（木） 2月20日（木）

※すべて同じ内容です。ご希望の回にお申込みください。

- キャリア形成・リスキング支援センターHP内「全国セミナー・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/90444>

【申し込み締め切り】各回前日12時まで

お申込みは  
こちらから



お問合せ

## 東京キャリア形成・リスキング支援センター

〒100-0004 東京都千代田区大手町2-7-1TOKIWAブリッジ5F

☎ 03-6225-2299

✉ carigaku\_tokyo@pasona.co.jp

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

キャリア形成  
リスキング  
支援センター



厚生労働省委託事業