ハロートレーニング
急がば学べ

（求職者支援訓練）

基礎コースだけのスペシャル講習

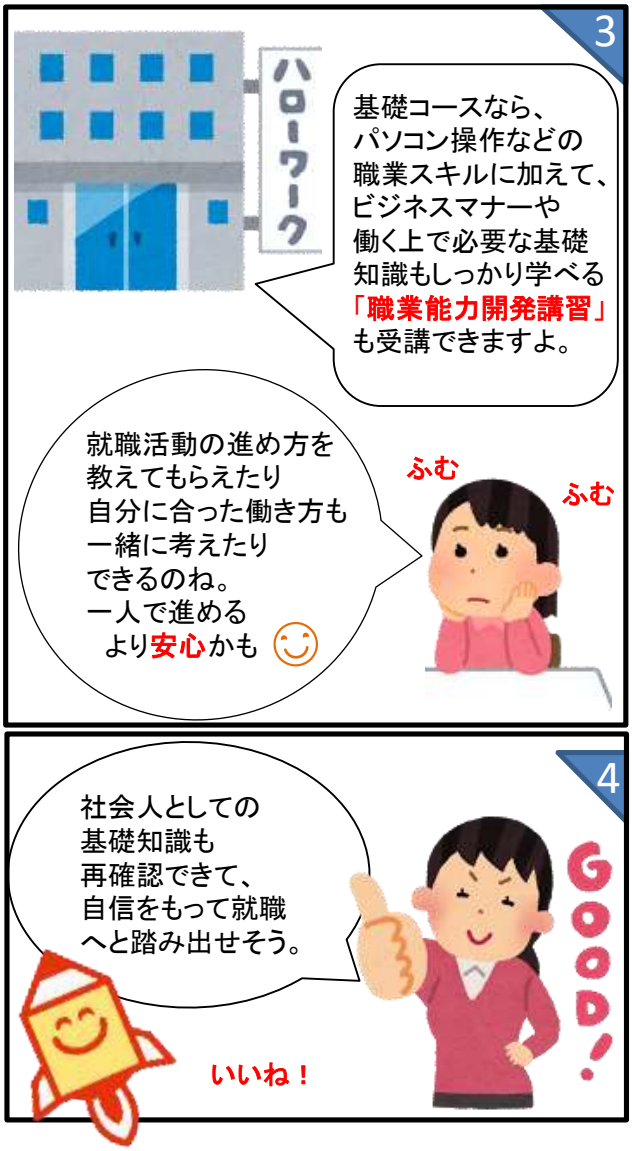
職業能力開発講習

～スキルアップで自信をつけて、新しい一歩を踏み出しませんか？～

求職者支援訓練（基礎コース）では、初めの１か月間（※）に**「職業能力開発講習」**を行います。 就職活動はもちろん、**仕事をしていく上でも役立つ『就職活動計画』『職業生活設計』『ビジネステクニック』『ビジネスヒューマン』**の４つの内容を学びます。

「職業能力開発講習」を受講して、将来のビジョンを明確に描きご自身が納得できる就職を目指すことで、就職に向けての自信につながります。

※ コースによっては、初めの１か月間以外の期間に職業能力開発講習の内容を学ぶ場合があります。



職業能力開発講習の内容

«基礎コースのイメージ（訓練期間２か月～４か月）»

職業能力開発講習
（1か月目　※）

※　コースによっては、初めの１か月間以外の期間に職業能力開発講習の内容を学ぶ場合があります。

職業スキル（学科・実技）
（2か月目～4か月目）

職業意識の醸成（見学・体験・講話）
就職支援（キャリア・コンサルティング等）

就職
目標

・**ビジネスヒューマン**　・**職業生活設計**
・**ビジネステクニック**　・**就職活動計画**　の４つの内容を学びます。

人とうまくやっていく自信がないんです
→「**ビジネスヒューマン**」で考えよう！
★職場のコミュニケーション

社会保険制度ってなんだかよく分からないです
→「**ビジネステクニック**」で解決しよう！
★家計管理とライフプラン、社会保険と年金
★職業倫理、労働法の基本知識
★ビジネスマナー　★健康管理

目標を決められないです
→「**職業生活設計**」で考えよう！
★職業生活設計（キャリア・プラン）
★自己理解

就職活動がうまくやれるか不安です
→「**就職活動計画**」で準備しよう！
★就職活動の進め方
★訓練内容に関連した求人の動向とポイント
★応募書類の作成　★面接対策

職業能力開発講習を受けてみていかがでしたか？（受講された方の感想）

- 職業能力開発講習は、これからの社会人生活にとても役立つ内容でした。
- 履歴書作成や面接対策など役に立つ事が多かったです。
- 自己理解、仕事理解も大変深まり、今後の職業生活において実践していきたいと考えます。
- 当初、職業能力開発講習は必要なのか？等と考えておりましたが、受講してみてとても良かったと思っています。特に、今後の職業生活設計ができたことが非常に良かった点です。
- 座学でビジネスに必要な素養を学習できたのがよかったです。グループ演習も多かったので、クラスの方々とも協調が深まりました。

お申込み・ご相談は、お住まいを管轄するハローワークの訓練担当窓口まで

東京都内で募集中のコース一覧　　東京都内ハローワーク一覧

東京労働局・東京ハローワーク　　（独）高齢・障害・求職者雇用支援機構　東京支部

R7.2