



就活

# モチベーション アップセミナー

自分の強みを発見して、仕事につなげよう

参加無料

事前  
予約制

予約制  
託児あり  
(定員5名)

## こんなお悩みありませんか？

- ✓ 自分の強みを活かせる求人や仕事が見つからない
- ✓ 就職活動がうまくいかず、自信がなくなっている
- ✓ そもそも自分の強みや、得意なことがわからない

開催日 2024 11 / 22 (金)  
10:00 ~ 11:30

場所 長野市生涯学習センター TOiGO 3F 第5会議室  
(長野市大字鶴賀間御所町1271-3)

### お申込み

右の二次元コードから、  
必要事項を入力し、  
送信してください



会場にてハローワーク長野  
マザーズコーナーのご案内がございます。  
雇用保険を受給中の方は求職活動の実績になります

～自分はどうな良さや強みを持っているのか  
強みを活かして仕事に繋げていくイメージを考える～  
就職活動では重要ですが、いざ取り組もうと思うと  
難しいものです。  
ワークショップを通して、自分の強みを再発見し、  
仕事と結び付けていく一歩を一緒に創っていきましょう。

Step 01 見直す 「働く」は今どう変わっている？  
社会の状況と自分を照らし合わせよう

Step 02 考え、話す 自分の「強み」を再発見しよう  
→ ゲームで「いまのわたし」を再発見しよう  
→ 「わたしの得意なこと」はこれまでどのようにして  
育んできたのか 言葉にして表現してみよう

Step 03 広げる 自分の「強み」はどんな仕事に活かせる？  
仕事につなげるイメージを広げよう  
ハローワーク マザーズコーナーのご紹介

### 講師

海野 千尋  
NPO法人ArrowArrow代表



・「小さな組織の働き方を学び合うコミュニティ」運営  
・女性再就職支援事業「ママインターン」プロジェクト講師  
2013年にArrowArrowにジョイン、新しい働き方のプラットフォーム作りを企画し拡げています。

<主な活動>  
・両立支援やダイバーシティ推進に関連する働き方の企業伴走支援や  
自治体協働事業の推進  
・ライフイベントと「働く」にまつわる  
キャリアデザイン/対話型ワークショップの講師

お問い合わせ 050-5536-8234  
(受付時間：平日9:30～17:30)  
ADE.JP.nagano-shugyo@jp.adecco.com  
https://jobsapo-nagano.jp/

詳しくは、  
公式HPまたは  
Instagramを  
チェック！



※当事業は長野県より委託を受け、アデコ株式会社  
が運営しております。