



仕事に充実感と働きがいを育む

キャリア コンサルタントに 相談しませんか？

前向きに仕事に取り組めるようになる！

自分の役割・強みが明確になる！

将来の展望や働きがいに気づく！

雇用形態を問わず、
ジョブ・カードを活用した
キャリアコンサルティングが
無料で
受けられます。



今の職場でモチベーションを
高めて力を発揮したい…



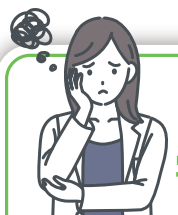
大切にしている価値観や意味に
気づき、モチベーションを
高めるヒントが得られます。



子育てや介護と仕事の
両立に悩んでいる…



育児・介護などの家庭と
仕事とのバランスのとり方、
働き方が明確になります。



将来のキャリアに向けて
学び直しの必要性を感じている…



今までのキャリアを振り返り
将来の見通しを立てることができ、
学び直しの方向性が明確になります。



セカンドキャリアに向けて
目指す方向を考えたい…



管理職定年や再雇用後のキャリア
ビジョンを描くことで、前向きに
仕事に取り組むヒントがつかめます。

キャリアコンサルタントにご相談ください。

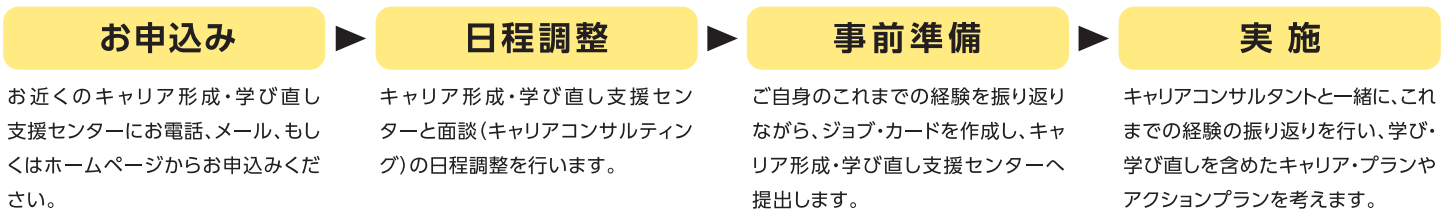
一人ひとりに寄り添い、主体的なキャリア形成をサポートいたします！



- ① 職場定着やキャリアアップに向けた支援
- ② 自己理解・仕事理解を深める相談支援
- ③ キャリア・プランの作成支援

あなたのキャリアの課題・問題をキャリアコンサルタントにお話ししてみませんか。キャリア形成支援の専門家との対話から、自分自身のこだわりや強み、価値観に気づくことがあります。それがきっかけで前に進む原動力になることもあります。悩みや不安がある時だけでなく、自分自身の考えや、学び・学び直しの取り組みを整理してみたい時などにも、ぜひご利用してみてください。

◎キャリアコンサルティングの流れ



キャリアコンサルティング実施後、キャリアの節目ごとにジョブ・カードを更新することをお勧めします。

ジョブ・カードとは？



ジョブ・カードは、ご自身の職業能力を「見える化」し、キャリア形成に役立てることができるキャリア・プランニングツールです。



ジョブ・カードがつくれる、わかる
マイジョブ・カードは
こちらからアクセス！▶



お申込み受付時間

月曜日～金曜日 9:00～17:00 (祝日、年末年始、GWを除く)

キャリアコンサルティングの実施時間 (事前予約制)

月曜日～金曜日、第1・第3土曜日・第2日曜日 9:00～17:00

※但し、火曜日・木曜日は17:00～20:00も開設

実施時間	日	月	火	水	木	金	土
9:00～17:00 (最終開始時間 16:00)	●	●	●	●	●	●	●
17:00～20:00 (最終開始時間 19:00)	—	—	●	—	●	—	—

※1. 本事業におけるキャリアコンサルティングでは職業紹介は行っておりません。

※2. 在職労働者の方を対象としておりますので、学生の方は学内のキャリアセンターや進路指導部などにご相談ください。

※3. 本事業のキャリアコンサルティングは、事前にジョブ・カードを作成いただいた上で実施します。

キャリア形成・学び直し支援センターなら、ジョブ・カードを活用した
キャリアコンサルティングが **無料** で受けられます。

オンラインも
可能です！

※専門実践教育訓練給付や特定一般教育給付の受給に際し、必要となる訓練前キャリアコンサルティングについても無料で実施しております。

お問合せ



お近くのキャリア形成・学び直し支援センターへ
お問合せください。

詳しくはWEBから <https://carigaku.mhlw.go.jp/>

