



就労支援集中講座

全3回 きらりあ塾

定員 **10** 名
(申込順)

就職活動に行き詰った方、自信を失いかけたあなたに！

「体力」「気力」を養い基礎から実践まで3日間丁寧にサポートいたします

2026年 3月17日(火) 18日(水) 19日(木)
9:30~12:30

参加費 無料

対象 区内在住60歳以上の求職者

場所 きらりあ北 1階

申込 2月25日(水)~申込順

窓口・電話・Fax・メールにて



受講内容 (講座前に背筋を伸ばすストレッチを行います)

1. 就労相談・自己分析

今の不安や悩みを整理しながら自分の強み・興味・価値観を見つめ直し自信をもって進むための第一歩をサポート！

2. 働き方相談・検索講座

働き方の選択肢について自分に合った働き方を考えPCやスマホでの求人検索のコツを実践的に学びます

3. 自己PRの作成講座 模擬面接

履歴書の書き方から自己PRの作り方書類選考対策と模擬面接の実践

お申込み
お問合せ

北区立いきがい活動センター「きらりあ北」
北区王子5-2-5-101 (UR都市機構王子5丁目団地内)
☎:03-5390-2220 FAX: 03-5390-2233
✉:kitaku-ikigai@foryou.or.jp

※ご利用には登録証の申請が必要になります。公的身分証明書をお持ちください。

