

参加費  
無料



求職活動  
実績対象

# ミドルシニア向け 再就職支援セミナー

2026年

日時：1月23日(金)10:00~16:00

①10:00~12:00 生涯現役実現コース

②13:00~16:00 キャリアチェンジ実現コース

会場：ウインクあいち1207会議室

(愛知県産業労働センター)

愛知県名古屋市中村区名駅4丁目4-38

※駐車場利用は有料になります(無料サービスはありません)

定員：各コース **30名** 定員になり次第締切  
両コースの参加も可

申込締切  
2026年  
1月20日(火)



## 講座内容

### ①生涯現役実現コース

～年齢にとらわれず仕事を続け、  
第二の人生を楽しむ～

健康は仕事や趣味に打ち込むための  
土台です。

生き生きと社会で活躍するため、体力チェックや健康体操を通じ、ご自身が「生涯」働き続けるために必要な「健康」を振り返るセミナーです。



### ②キャリアチェンジ実現コース

～自己発見から新たな可能性を見出す～

オリジナルテキストや応募書類のサンプルを使い、再就職に向けた実践的なカリキュラムで行います。

また、参加者同士のグループワークを通じ、他の参加者とディスカッションすることにより、新たな「気づき」を得て、自己発見につながります。

求職活動における悩み(疑問点)にもお答えします。



受付時間：①9:30~10:00 ②12:30~13:00

対象者：愛知県内で求職活動を行っている概ね45歳以上の方

※雇用保険受給者は求職活動実績となります。

申込方法：2026年1月20日(火)までに参加申込書(裏面)を添付または必要事項を記載し、メールでお申込みください。申込受付後に事務局より「申込完了メール」を送信します。メールでのお申込みが出来ない場合は、FAX又は電話でお申込みください。

持ち物：筆記具※昼食は各自ご用意ください。

服装：体を動かしやすい服装、履物

主催：愛知県 共催：名古屋市 後援：愛知労働局  
生涯現役支援事業

※本事業は、中高年事業団やまて企業組合 名古屋支店が愛知県から受託しています。

昨年度の開催状況はこちら↓



【あいちミドルシニア活躍サポートサイト】

## ミドルシニア向け再就職支援セミナー 講座内容

### ①生涯現役実現コース(10:00～12:00)

～いくつになっても現役として仕事を続け、第二の人生を楽しむ～

#### 基礎的 内容

健康意識・健康的な生活リズムの向上、  
身体的活動を上げて健康維持、日常生活  
での身体活動把握など

#### 実践的 内容

多様な働き方の事例紹介、健康体操、体  
力測定、振り返りのグループワークなど

#### 講師

中高年事業団やまて企業組合 田中千津子氏  
ヘルスケアアドバイザー（社会福祉士として福祉・  
介護分野での経験を踏まえ、健康維持と増進を基盤  
とした就労意欲の向上に尽力している）

### ②キャリアチェンジ実現コース(13:00～16:00)

～自己発見から新たな可能性を見出す～

#### 基礎的 内容

再就職のすすめ方、最近の雇用情勢、  
企業が採用したい中高年、自己アピール  
のための自己分析など

#### 実践的 内容

中高年齢者の求人情報の集め方、  
面接対策、WEB面接での注意点、  
グループワークなど

#### 講師

中高年事業団やまて企業組合 志賀孝一氏  
キャリアアドバイザー（民間会社人事部勤務、再就  
職支援会社勤務を経て現在に至る）

## ミドルシニア向け再就職支援セミナー参加申込書

開催日:1/23(金)10:00～16:00 ※進行状況によって時間前後する場合がございます。

参加希望	<input type="checkbox"/> 両コース <input type="checkbox"/> ①コースのみ <input type="checkbox"/> ②コースのみ		
フリガナ			住 所
名 前			
年 齢	歳	E-mail @	
電 話			受講証明書の要否 要 ・ 否
F A X			

※セミナー当日、発熱等体調のすぐれない方については、参加をご遠慮ください。  
 ※ご記載いただいた事項は、本セミナーに関すること以外の目的には使用しません。  
 ※申込み後、キャンセルする場合は、電話にて事務局に連絡してください。

【事務局】 中高年事業団 やまて企業組合 名古屋支店(受託事業者)

【問合せ先】メール:nagoya@yamate-kigyo.jp

FAX:052-585-0900

電話:052-585-0065 【月～金】 8:45～16:45