

R8

知って役立つ!

全講座無料

## 若者のための就労支援セミナー

オンデマンド配信期間が2か月間あるから!じっくりしっかり学べます!

配信期間:2026年 2/1(日) ~ 3/31日(火)



お申込フォーム

## 労働法入門講座

「知らなかった」「知識がない」「もっと早く知ってれば」では、間に合わない!  
本講座は、労働法の専門家が、基本的な労働法の知識と重要ポイント、  
若者が直面しやすい労働トラブルを事例を挙げて実践的に解説します。

◎学ぶ:働く時のルールの基本

◎知る・守る:若者のためのトラブル事例と対処法

対象:初めて労働法を学ぶ方、労働法の基本と最新のトラブル事例を確認したい方、  
「これって有り?」働き方に疑問がある方、労働法に関心がある方、など

【神奈川県委託事業】【後援】神奈川県労働局 横浜市 藤沢市 相模原市 川崎市

法政大学法学部 教授  
沼田 雅之 先生※当講座は雇用保険失業認定における  
「求職活動実績」に該当します。

## キャリア形成講座

「忙しすぎて将来が見えない」「この職場で良いのか将来が不安」  
「若手の離職が止まらない」……。変化の激しい時代に「主体的・自律的  
に成長する力」を身につける。人的資源管理の専門家を招き、若者が  
ギャップを乗り越え活躍するための考え方を徹底解説!  
若手の自律的成長と組織としてどう支え育てるかを学びます。

◎若手社員:キャリアの迷いを自信に変え、自走する力を。

◎経営・人事・教育担当:離職を防ぎ、若手が定着・活躍する組織づくりを。

法政大学名誉教授  
厚生労働省  
中央最低賃金審議会会長  
(独)労働政策研究・研修機構  
理事長 藤村 博之 先生

## メンタルヘルスセルフケア講座

「何だか疲れてる」「集中力が続かない」「やる気が出ない」「自分をダメだと思う」…  
それは、心が発しているストレスサインかもしれません。今、若年層のメンタル  
ヘルスが大きな問題となっています。深刻な事態になる前に、自分のストレス  
状態を正しく把握し、ケアする事が何よりも重要です。メール相談20万件の  
メンタルヘルスの専門家(エキスパート)から自分を整える方法を学びます。

◎知る:「心の防御力」を決める!生活習慣

◎学ぶ:プロ直伝!今日からできる効果的なストレス解消法(コーピング)

◎守る:実際の相談事例から学ぶセルフケア

(独)労働者健康安全機構  
横浜労災病院  
勤労者メンタルヘルスセンター  
センター長 医学博士  
(心身医学、産業医学、健康教育学)  
山本 晴義 先生

※諸般の事情により講座が中止・変更となる場合があります。  
公益財団法人神奈川県労働福祉協会 TEL045-633-5410

## 労働法入門講座：受講者の声

- ・ この講座を新卒の自分に見せたかったなあ～と思いました。この様な機会が身近にあると自分を守っていける働き方が増えていくと感じました。本当に有難うございました。
- ・ どこよりも具体的で実践的だと思います。若い方に限らず働く方、経営者、人事担当者に見て貰いたい。
- ・ 求職活動の際に、求人票の見るポイント、労働者とは、内定辞退や内定内定辞退の詳細について、ブラック企業の一覧や本の紹介は、特に参考になりました。
- ・ 労働に関する法令知識が皆無でも理解できる位、丁寧な解説だった。また、一大学生として、内定辞退をはじめ、今まさに気になっているトピックを専門家の見解を聞く事が出来、大いに参考になりました。
- ・ 高校でキャリア支援をしています。生徒が弱い立場で不利にならないよう教員が学ぶべき事ではないかと思いました。
- ・ 身近なのに知らなかった事が多すぎて怖くなった。基礎的な法律だけではなく、実践編で多くの情報が得られ、労働法の入門編としてとても参考になった。とても充実した時間になった。

## キャリア形成講座：受講者の声

- ・ 今までは「やらされ感」のもとで仕事をしてきたが、考えながら仕事をする事で楽しくなり、続けていけるのだなと感じました。
- ・ 就活生がどんな特性を持っているのか、辞めないために会社側ができる事など大変参考になった。
- ・ 1年目の社員向けかと思うが、指導する立場としても勉強になった。仕事を長続きさせる心得、態勢が、参考になった。
- ・ 現代の若者の実態がわかりやすく表現され、会社の目線からも語ってくれていた点が大変参考になった。
- ・ 「若者のための」と銘打たれていますが、中年にも大変参考になりました。
- ・ 社会人となる心構えは、再就職にも当てはまると感じ参考になりました。

## メンタルヘルス講座：受講者の声

※ご参考：今回初めて、若者向けのセルフケア講座のご講演を頂きます。以下は、一般勤労者対象のセルフケア講座のご感想です。

- ・ 働くひとを応援して頂いた感が強いです。元気になりました。本当にありがとうございました。
- ・ 初めて受講しましたが、とても充実した内容で大変勉強になりました。今後の仕事と生活に活かしたいと思います。
- ・ とても楽しい講義でした。いつまでも忘れずに記憶に残したいです。そして行動したいと思います。
- ・ もっと早く講座を受けて、役に立てたかったです。大変参考になりました。
- ・ 2時間では短く感じました。お話を聞いて本当に良かったと思いました。有難うございました。

※切取らず、このまま送信して下さい。

### 若者のための就労支援セミナー

### 受講申込書

FAX 045-633-5412

ご希望の講座	<input type="checkbox"/> 労働法入門講座	<input type="checkbox"/> キャリア形成講座	<input type="checkbox"/> メンタルヘルスラインケア講座
受講者名	(氏名)	(フリガナ)	
Email		電話番号	※連絡がとりやすい番号をご記入下さい。
<p>■現在の就労状況（アルバイト・パート含む）について教えてください。</p> <p><input type="checkbox"/> 就労している    <input type="checkbox"/> 就職活動中    <input type="checkbox"/> 就労していない    <input type="checkbox"/> 学生    <input type="checkbox"/> その他（    ）</p>			
<p>■宜しければお申込の理由を教えてください。</p>			
<p>■本講座を何でお知りになりましたか？(情報の入手先について)</p> <p><input type="checkbox"/> 学校    <input type="checkbox"/> 知人    <input type="checkbox"/> ホームページ    <input type="checkbox"/> SNS    <input type="checkbox"/> ネット    <input type="checkbox"/> メルマガ</p> <p><input type="checkbox"/> 広報誌    <input type="checkbox"/> 新聞    <input type="checkbox"/> ポスター    <input type="checkbox"/> チラシ（場所    ）</p> <p><input type="checkbox"/> 労働組合    <input type="checkbox"/> 勤務先    <input type="checkbox"/> 会報機関誌    <input type="checkbox"/> その他(    )</p>			

※ご提供頂きました個人情報は、講座の開催及びご案内に関する業務の範囲内でのみ使用させていただきます。