厚生労働省宮城労働局
令和8年度若年者地域連携事業

職場定着のための 若手社員ステップアップセミナー

職場のギャップを乗り越え、「適応力」を高めるセミナーのご案内

新社会人になって仕事に慣れてくる頃、ふと感じる不安や疑問。それは次のステップへ進もうとする成長のサインです。
本セミナーでは、入社後のギャップとの向き合い方から、自分の成長の実感、キャリアの軸づくり、信頼される行動までを体系的に学びます。
単発参加も可能ですが、3回を通して受講することで、不安が自信に変わり、これからの社会人生活に前向きな一歩を踏み出せます。

こんな方におすすめです!
- 社会人としてもっと成長したい
- 仕事や職場に少しモヤモヤしている
- 自分の強みがまだよく分からない
- 将来のキャリアについて考えてみたい
- 上司と先輩の関係づくりに不安がある

対　象　宮城県内に就業場所のある企業に勤務する入社3年以内の若手社員
※中途採用を含む35歳未満の若年者も受講できます。

参加費 無料

オンラインセミナー	集合セミナー	内容
2026年 11/24(火) 13:30～15:00	2027年 1/21(木) 13:30～15:00	**Step❶ 職場のギャップを乗り越え、「適応力」を高める** 仕事、人間関係、「やりたいこと」と「今の仕事」。 入社後に感じるさまざまなギャップを整理します。ギャップに適応していく経験が、社会人としての重要な力である「適応力」につながることを学びます。
2026年 12/1(火) 13:30～15:00	2027年 1/28(木) 13:30～15:00	**Step❷ 自分の成長に気づき、「キャリアの軸」を考える** 入社してから、あなたは何ができるようになったでしょうか? これまでの経験を振り返り、自分の成長や強みに気づきます。 さらに「キャリアアンカー」を通じて、自分が仕事で大切にしたい価値観を考えます。
2026年 12/8(火) 13:30～15:00	2027年 2/4(木) 13:30～15:00	**Step❸ 信頼される若手社員へ「成長」を「行動」に繋げる** 社会人として成長し続けるために必要なマインドと行動を考えます。 報告・相談・質問など、日々の小さな行動が周囲からの信頼につながります。 「信頼される人」から「仕事を任される人」へ。さらなる成長につなげます。

集合セミナー
定員：各回20名（先着予約制　定員になり次第締め切り）
会場：LEC仙台本校
〒980-0022　仙台市青葉区五橋1丁目1-10第二河北ビル4F
会場MAP▶

オンラインセミナー
Zoomでの受講となりますので設定をお願いします。
受講に必要なZoomのURL、ミーティングID、パスコード等は、開催日の1週間前（申込みが開催直前の場合は申込確認でき次第）にメールアドレスにお送りします。
事務局からのメール（miyagi-jakunen@lec.co.jp）を受信できるように設定をお願いいたします。

申込み方法
右のお申込みフォームからお申し込みください。
申し込み送信後、受付完了メール（no-reply@event-form.jp）が届きますのでご確認ください。
申込フォーム▶

申込み締切
セミナー開催日の各3営業日前の17：00まで。

注意事項
申込締切日より前に定員に達した集合セミナーは、申し込みを締め切ります。
ご参加をキャンセルされる場合は必ず前日までにご連絡ください。

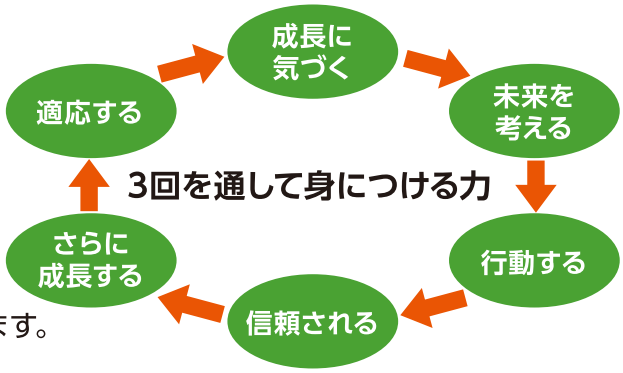
問合せ先
厚生労働省宮城労働局　若年者地域連携事業
〒983-0852　宮城県仙台市宮城野区榴岡4丁目2-3　仙台MTビル6F（みやぎジョブカフェ内）
TEL　022-792-1552　　Mail　Miyagi-jakunen@lec.co.jp
（委託・運営：株式会社東京リーガルマインド）

「このままでいいのかな？」を「これからが楽しみ!」に変える 3回講座



セミナーは1回だけの受講でも、興味のある回だけの受講でも可能です。
ただし、より大きな気づきと成長につなげるため、「全3回の通し受講」をおすすめします。

第1回で「職場への適応」を考え、
第2回で「自分の成長とキャリア」を考え、
第3回で「信頼されるための行動」につなげます。



3回を通して受講することで、自分自身の
成長を一つのストーリーとして考えることができます。
新しい環境で頑張る若手社員の、これからの一歩を応援します。
ぜひご参加ください。

▶“企業”の垣根を越え“地域の同期”と出会う集合セミナー◀

今回のセミナーでは、オンラインセミナーだけでなく、参加者が同じ会場に集まって行う集合セミナーも実施します。集合セミナーの参加者は、入社3年以内の若手社員の皆さんですから、地域の同期が出会える機会でもあります。
同じ立場で悩みや迷いを抱えて頑張っている同期と共に学ぶことで、未来に向けて自分らしく歩み続けるための勇気や励まし、ヒントが得られるかもしれません。「地域の同期」との出会いは、生きた学びが得られる貴重な場といえるでしょう。
ぜひ、この機会を活かして参加してみませんか？



オンラインセミナー講師

吉野　康児氏



国家資格キャリアコンサルタント
リスキリングキャリアコンサルタント
生成AIパスポート　など

現在、若年者の就職支援業務に従事。就職支援に関する各種事業の企画立案から携わり、自ら講師として多数のセミナーに登壇。参加者の視点から物事の本質を捉え、自ら気づきが得られるようアプローチしていく手腕に定評がある。

集合セミナー講師

小関　美江氏



国家資格キャリアコンサルタント
2級キャリア・コンサルティング技能士
産業カウンセラー　など

大手IT法人営業、人材教育企業にて就転職支援や人事研修を経て、キャリアコンサルタントとして長年カウンセリングや講師に従事。現在NPOにて多様な困難を抱える若年層の自立・就労支援に携わり、若者が希望を持って挑戦できる社会を目指し日々活動中。認定NPO法人Switch理事。