

インスタ「就活力チャージ」を HP でもご紹介します

がんばる前にひと呼吸
～心と仕事に栄養を♡

No.28 令和8年10月第1週



就活力チャージ

ジョブカフェ さくら

初めての方も、これまでご利用いただいている方も、このメッセージが、少しでも心を整える時間になれば嬉しいです。

今週のテーマ

一歩踏み出す1週間～迷っているより、動いた人から変わっていく～

10月5日	月	準備してきた人は強い ～本番で差がつくのは、これまでの準備～	本番で落ち着いて力を発揮できる人ほど、見えないところでしっかり準備を重ねています。知識を深め、練習し、確認を積み重ねた努力が自信となり、結果につながります。成功の裏側には、日々の準備があります。
10月6日	火	伝えなければ伝わらない ～どれだけ良い経験でも、伝えなければ届きません～	どれほど素晴らしい経験や想いを持っていても、相手に伝えなければその価値は届きません。自分の言葉で整理し、わかりやすく伝える力はとても大切です。伝える力が、あなたの魅力をより大きくしてくれます。
10月7日	水	一貫性が信頼につながる ～ブレないことが、強さになります～	話すたびに内容や考え方が変わってしまうと、相手は不安を感じやすくなります。自分の考えや価値観に軸があり、一貫した姿勢で伝えることで、信頼感は高まります。ブレない姿勢こそ、大きな強さになります。
10月8日	木	差がつくのはここ ～表情・姿勢・話し方、すべてが評価対象です～	相手は言葉の内容だけでなく、表情や姿勢、声の大きさ、話し方など全体から印象を受け取っています。同じ内容でも、伝え方によって評価は大きく変わります。細かな部分まで意識することが、周囲との差につながります。
10月9日	金	緊張しても大丈夫 ～緊張するのは、本気で向き合っている証拠～	大切な場面で緊張するのは、それだけ真剣に向き合っている証です。緊張すること自体は悪いことではありません。大事なものは、その中でも自分の想いや準備してきたことをしっかり伝えることです。落ち着いて、一歩ずつ進めば大丈夫です。

就活は、頑張り続けなくても大丈夫。立ち止まったり、誰かに相談したりしながら進めばいいものです。

※ ジョブカフェは、あなたのペースに寄り添いながら、一緒に考える場所。

ご予約・ご相談はお気軽にお問い合わせください ☎ 0197-63-3533