インスタ「就活力チャージ」をHPでもご紹介します

Job Cafe



就活力チャージ

がんばる前にひと呼吸
～心と仕事に栄養を

No.32 令和8年11月第1週

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

内定後を考える1週間～ゴールではなく、その先を見据えよう～

11月2日	月	内定もらったのに不安になる理由 ～不安になるのは、ちゃんと考えている証拠です～	内定をもらえたのに、なぜか安心できず不安になることがあります。それは決しておかしなことではなく、これから始まる新しい環境や将来について真剣に考えている証拠です。見えない未来に不安を感じるのは自然なこと。少しずつ準備を進めることで、その不安は安心へと変わっていきます。
11月3日	火	文化の日	自由と平和を愛し、文化をすすめることを趣旨とした祝日です。芸術や学び、伝統文化に触れながら、豊かな心を育む良い機会でもあります。日々の忙しさの中で、文化や知識に触れる時間を大切にしたい一日です。
11月4日	水	周りと比べて焦っていませんか？ ～あなたには、あなたのペースがあります。～	周囲の進み具合を見ると、つい焦ってしまうことがあります。しかし、人それぞれ進む道もタイミングも違います。他の人と比べるほど不安は大きくなりますが、自分のペースを大切にすれば、着実に前へ進むことができます。
11月5日	木	内定後、何をすればいい？ ～終わりではなく、準備の時間～	内定はゴールではなく、新しいスタートへの入り口です。社会人になるまでの時間は、自分を整え、必要な準備を進める大切な期間でもあります。生活習慣を整える、学びを深める、社会人としての意識を持つなど、小さな行動が自信につながっていきます。
11月6日	金	不安とうまく付き合う ～不安をなくすことは難しい～	不安を完全になくすことは簡単ではありません。しかし、不安との向き合い方を変えることはできます。必要以上に抱え込まず、できる準備を進め、一つずつ行動していくことで気持ちは少しずつ落ち着いていきます。不安も成長の一部として受け止めていきましょう。

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