

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.7 令和8年5月第2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

心の整えと内面強化～心を整えると、毎日はずっと軽くなる

5月11日	月	感謝の気持ち ～“ありがとう”で心が満たされる～	当たり前の中にある幸せ。今日ひとつ「ありがとう」を見つけてみませんか？
5月12日	火	自分を信じる ～あなたは、思っているより強い～	不安になる日もあるけれど、ここまで来た自分を信じていい。
5月13日	水	新しいことに挑戦 ～小さな挑戦が未来を変える～	完璧じゃなくていい。やってみることに意味があります。
5月14日	木	心を整える時間 ～立ち止まることも前進～	忙しいときほど、少し深呼吸。自分に戻る時間を大切に。
5月15日	金	半月の振り返り ～ここまでの自分、ちゃんと見てる？～	振り返ることで気づける成長があります。頑張った自分に、少し優しく。

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