

就職活動者の セルフメンタルヘルス

～面接で普段の自分を出すために～

就活中にストレスを感じている方！

簡単にできるストレスの対処方法を知って、あって当たり前のストレスと上手に付き合っていきましょう。そして、「ありのままの自分・普段通りの自分」で自信を持って面接に臨めるよう学んでみませんか。

日時

平成 29 年 2 月 20 日 (月)

14:00 ~ 16:00 (13:30~受付開始)

会場

ハローワーク浦和・就業支援サテライトセミナー室

さいたま市南区沼影 1-10-1 ラムザタワー 3 階

JR 埼京線・武蔵野線「武蔵浦和駅」西口から徒歩 3 分

対象者

39 歳以下及び正社員経験の少ない 44 歳以下の方 (学生の方を含む)

定員

30 名 (申込順)



講師：奥 富美子 氏

一般社団法人日本ストレスチェック協会



【お申込み・お問い合わせ】

電話又は受付窓口にてお申込み下さい。

ハローワーク浦和・就業支援サテライト
若者コーナー

TEL **048-826-5932**

受付時間 月曜日～金曜日 / 10:00～19:00

土曜日 / 10:00～17:00

※祝日を除く

- 雇用保険受給者の方へ ご希望の方には受講証明書を発行いたします。
- 予約をキャンセルする場合や時間に遅れる場合は、必ず事前に連絡してください。

※本事業は埼玉労働局より委託を受け、株式会社埼玉新聞社が運営しております。

【会場地図】

専用の駐車・駐輪スペースはありません。
公共交通機関をご利用ください。

