

参加
無料

予約制

7/19～受付開始



オンライン限定



ストレス対処法 を知ろう!

講師：秋元 紳司 氏 公認心理師 特定社会保険労務士

誰もが日々ストレスを抱えています。ストレスとの上手な付き合い方、対処法の基本を知りたいという方にお勧めのセミナーです。

日時 **8月7日(月) 13:30～15:00**

対象者 **39歳以下**又は正社員経験の少ない方(学生含む)

定員 **50名**

オンライン限定 ZOOM使用

- ・参加予定の端末に、ZOOMアプリ(無料)のインストールをお願いします。
- ・参加費は無料ですが、ZOOM利用時には通信パケットがかかります。
- ・有線接続やWi-Fi環境をお勧めします。
- ・カメラはオンにしてご参加ください。
- ・埼玉しごとセンターのご利用登録がない方はご参加できません。



お申込み・ご登録は下記HPからお願いします

お申込み

<https://hwus.jp/young>

HW若者コーナー



ご登録

<https://hwus.jp/online/regist>

HWご登録



【ご参加にあたってのお願い】
状況により本セミナーは中止となる場合がございます。

【お申込み・お問い合わせ】

右記QRコード又はHPからお申込みください。

埼玉しごとセンター 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。
- キャンセルや遅刻の際には、必ず事前に連絡してください。
連絡がない場合、セミナー受講をお断りする場合があります。

※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。

