

4/1 ~受付開始

就職支援セミナー

厚生労働省埼玉労働局委託事業
若年者地域連携事業セミナー

39歳以下

又は正社員経験の少ない方(学生含む)

予約制

参加無料

定員 50名

オンライン限定 

就活のパフォーマンスを高める

睡眠の法則

睡眠などの生活習慣が乱れると、パフォーマンスの低下や睡眠不足によるイライラなど様々な不調が発生します。日常のちょっとした工夫で改善できる法則をお伝えします

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。

日時 4月15日(火)
13:30-15:30



講師 中村 香織 氏

【お申込み・お問い合わせ】

下記QRコード又はHPからお申込みください。

- ・国家資格キャリアコンサルタント
- ・産業カウンセラー
- ・健康経営エキスパートアドバイザー
- ・ハラスメント防止コンサルタント
- ・マネジメントファシリテーター
- ・AM叱り方トレーナー
- ・アクティブスリープ指導士
- ・睡眠指導者

お申込み

<https://hwus.jp/young>

ご登録

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

HW若者コーナー



HWご登録



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

※日曜・祝日・年末年始休み

- 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。

【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。

若年者地域連携事業セミナー X

若年者地域連携事業 X



※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。