

6/22～受付開始

オンライン開催

ストレス社会を生き抜くための心理学講座

職場や日常生活などでストレスを抱えることも多いでしょう。ストレスの大半が人間関係に通じるとも言われています。人間関係を円滑にし「悩んでいたことがちょっとラクになる」そんなコツをやさしく学べる心理学講座です。

日時

8月20日(木)

10:30～12:30



参加
無料

講師

ベリテワークス(株)代表取締役 浅賀 桃子 氏

ITコンサルティング会社人事、社会保険労務事務所顧問業務などを経て、カウンセラーとして独立。うつ病などで休職・退職する方のメンタルヘルスケア、キャリアチェンジに悩む方のケアなどのセミナーを多数開催。趣味はスヌーピーの研究。ラジオに隔週出演中。



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。

対象

39歳以下又は正社員経験の少ない方(学生含む)

定員 50名(予約制・先着順)

お申込み・ご登録

セミナー
ご予約は
こちら

埼玉しごとセンター
のご利用が
初めての方はこちら

若年者地域連携事業



ご登録



お問い合わせ

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・日曜・祝日・年末年始休み)

X

若年者地域連携事業 X



雇用保険受給者の方へ

ご希望の方には利用証明書を発行いたします。

ご参加にあたってのお願い

- 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。
- 状況により本セミナーは中止となる場合がございます。