

39歳  
以下対象

# 若者コーナー

予約制

参加  
無料

正社員経験の少ない44歳以下の方及び  
学生の方も対象となります。

(ヤングキャリアセンター埼玉)

## 就活に更に前向きになれるセミナー

### ① ストレスを成長に変える、 「レジリエンス」を身につけよう!

「レジリエンス」とは、困難な状況から立ち直る心の力のこと。「レジリエンス」を身につけることで、つらく苦しい時でも乗り越えられるようになります。仲間と共に様々な意見をシェアしながら、「レジリエンス」という新たな考え方や物事の捉え方を学びましょう。



日時 11月 9日 月 14:30~16:30

大手就職情報企業にて、20年以上日本を代表する数多くの企業のPR業務を担当。現在はハローワークや各自治体の就職支援事業、大学の非常勤講師(キャリア科目)、大学・高校での就職指導、民間企業での人材戦略、教育研修やメンタルヘルス対策など、幅広く活躍しています。

### ② 心理テスト「エゴグラム」で、 自分を理解することから始めよう!

「エゴグラム」は、臨床心理学に基づいた心理テストのひとつ。自分自身の他者とのかかわり方を理解することで、周りの人とより良い関係をつくれるようになります。



埼玉県のマスコット  
コバトン&さいたまっちょ

日時 11月 17日 火 14:30~16:30

講師

神谷 敏康 氏

定員 16名  
(申込順)

対象者

39歳以下の方  
(学生の方を含む)

※正社員経験の少ない44歳以下の方も対象となります。  
※①②はそれぞれ個別に参加できます。

会場

ハローワーク浦和・就業支援サテライト セミナー室

お申込み・  
お問合せ

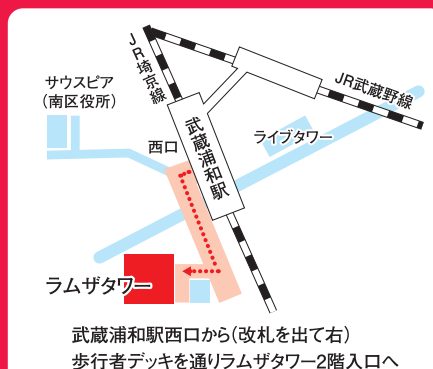
電話又は受付窓口にてお申し込みください。

☎ 048(826)5932

受付時間:月~金曜10:00~19:00、土曜10:00~17:00(日・祝日・年末年始は休み)

注意  
事項

- 雇用保険受給資格者には、受講証明書を発行します。
- 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。
- 連絡がないままキャンセルや遅刻をされた場合、以降のセミナー受講をお断りする場合があります。
- 出席確認のため、予約済の方に受付担当者からご連絡をさせていただく場合があります。



ハローワーク浦和・就業支援サテライト  
若者コーナー  
(ヤングキャリアセンター埼玉)

〒336-0027 埼玉県さいたま市南区沼影1-10-1 ラムザタワー3F

JR埼京線・武蔵野線「武蔵浦和駅」西口から徒歩3分

<https://hwus.jp/corner/young>

ヤングキャリアセンター埼玉 検索

※専用の駐車、駐輪スペースがありませんので、公共交通機関をご利用ください。



新型コロナウイルス感染症 (Covid\_19)  
の感染拡大防止措置について

【ご参加にあたってのお願い】

●マスク着用での受講にご協力をお願いします。 ●発熱など風邪の諸症状のある方、体調不良の方のご参加はご遠慮ください。 ●咳や発熱の有無を確認します。入室時の体温測定にご協力をお願いします。 ●状況により本セミナーは中止となる場合がございます。