

11/22 ~受付開始

参加 無料
予約 制
39歳 以下



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

2022年12月23日(金)

10:30~12:00 (10:00~受付開始)

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(申込順)

実施方法

オンライン限定 ZOOM 開催

- ・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W i f i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利用者登録がない方はご参加できません。

H P (<https://hwus.jp/online/regist>)より登録をお願いいたします。



【お申込み・お問い合わせ】

右記 QR コード又は HP から

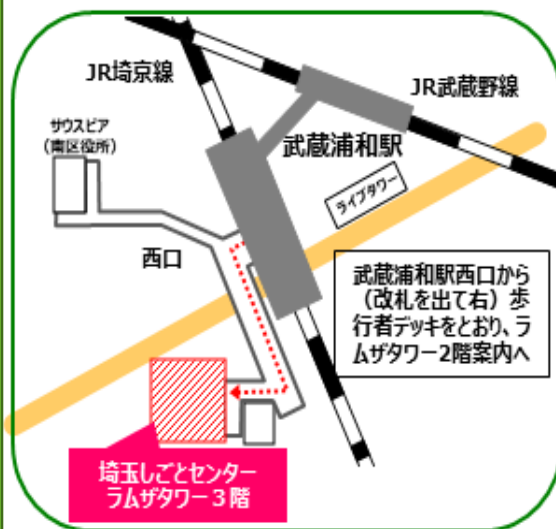
お申込みください。



埼玉しごとセンター 若者コーナー 

TEL 048-826-5932

【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。



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。