

概ね55歳以上の方対象

# 就職活動支援セミナー

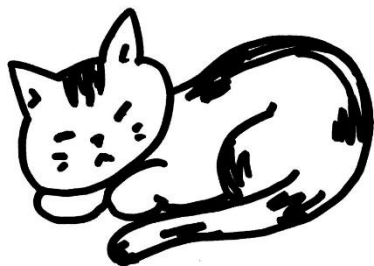
求職中の**ストレス**と上手につきあって  
就職活動を乗り切ろう♪

【ワーク中心のセミナーです。筆記具を持参してください】

- 内容
- ・ストレスとはなにか？
  - ・なぜストレスを感じるのか
  - ・いろいろなストレスコーピング

会場 三鷹市市民協働センター2階  
日時 3月18日(月)  
13:30~16:00

概ね55歳以上の求職中の方が対象となります。(予約制 定員24名)  
雇用保険受給資格者証をお持ちの方はご持参ください。(就職活動実績となります)  
※わくわくサポート三鷹への登録が必要になります。(当日、申込用紙をおくばりいたします。)



講師 野元秀明

わくわくサポート三鷹相談員  
産業カウンセラー



お申込み先

無料職業紹介所 わくわくサポート三鷹(三鷹市下運雀4-17-23)

TEL 0422-45-8645 FAX 0422-45-8646

E-mail wakuwaku@mitaka.ne.jp

URL <http://www.wakuwakumitaka.com/>

開所日:月・水・木・金・土 休み:日・火・祝日

お問い合わせ時間 9:00~17:00

