求職者向けセミナー

面接や職場で役立つ ～セルフケア術～

at 江東区産業会館

面接など大事な場面で
ついネガティブな考えに
陥ってしまう

うまくいかなかったことを
長く引きずってしまう

就職活動や、仕事を進める上で多くの方が直面する**メンタルヘルス**や**ストレス**の問題。

対処法として…

自分とストレスの関係を整理し、**セルフケア**で向き合うことを考えます。
セルフケアを行い、自己肯定感を保ちながら就職活動にのぞみましょう！

日時

令和4年2月17日（木）14:30～16:30

会場

江東区産業会館 2F 第4・5展示室
（東陽4-5-18）

講師

徳村 勇起　氏（臨床心理士・公認心理師）

臨床心理士として、児童・生徒の心理発達から、就労支援、
メンタルヘルス支援と幅広く活動しています。
現在は、主に区や県の就労支援の中で、多くの求職者や在職者に対して
心理相談を行っています。

定　員／求職中の方30名　※申込み順 ※求職活動証明書が必要な方には配布します。
費　用／無料
申込み／令和4年1月17日（月）9：30～受付開始。
下記QRコードもしくはお電話・HPの専用フォームからお申込みください。

TEL 03-5836-5160
HP https://koto-shigoto.jp/

●セミナーのお申込みには、センターの利用登録が必要です。ホームページの利用登録ページまたはお電話からご登録ください。
●受講が初めての方を優先とさせていただきます。

江東区産業会館　アクセス

東京メトロ東西線「東陽町」駅 4番出口すぐ右隣り

あなたとキャリアの架け橋に
こうとう若者女性しごとセンター
【所在地】〒136-0071 江東区亀戸2-19-1カメリアプラザ9F
【利用時間】平日9:30～18:00 / 土曜 9:30～17:00
※日祝・年末年始（12/29～1/3）休業日

TEL.03-5836-5160 FAX.03-3637-2351
https://koto-shigoto.jp/
こうとう しごと 検索

セミナー受付開始日/
抽選セミナーの当選発表/
その他おススメ情報などを
タイムリーにお届けします！

※この事業の運営は、江東区がパーソルテンプスタッフ株式会社に委託して行っています。