

女性のための就職・再就職準備セミナー

参加費
無料

定員8名
(先着順)

ストレスケア セミナー in 小松

自分に合ったストレスケア方法を知り
仕事もプライベートもスッキリ！

日時

6月25日(木)

10:00~12:00 (9:40~受付開始)

会場

小松市民センター ミーティングルーム
(小松市大島町丙4番地3) ※敷地内駐車場無料



対象

これから就職・再就職を考えている女性

※雇用保険受給資格者証をお持ちいただくと、活動実績となります。

※セミナー受講が初めての方は、会場で女性ジョブサポート石川の利用登録をお願いします。

プログラム

◎ストレスのメカニズムやストレス反応の種類について知ろう

◎あなたのストレス要因を知る

◎カラー別ストレス対処法について学ぼう

持ち物

筆記用具



注意事項

★申込人数が2名に満たない場合には中止とさせていただきます。

★当セミナーは託児・お子様を同伴した受講をお受けしておりません。

★当日セミナーの様子をスタッフが写真撮影し、冊子やホームページ等に掲載する場合がございます。(個人を特定可能な写真は掲載いたしません)

申込締切

6月24日(水) 12:00 ※定員に達し次第、締め切らせていただきます。

お問い合わせ・お申し込み先 ※お申し込みは締め切りがありますので、ご注意願います。

女性ジョブサポート石川 加賀サテライト

小松市三日市町18-1 三日市きまっし☆プラザ2階



TEL 0761-21-2223

主催：ILAC 女性ジョブサポート石川