

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

11月7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42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いません。

申込締切

11月6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