

就職活動中こそ押さえておきたい

# 心のストレス回復 セミナー

受講  
無料

聞きたいことが  
選べるセミナー  
番外編

日時：

2 / 12 (火)  
18 (月)

10:00 ~ 11:30

会場： ハローワーク刈谷 プレハブ会議室

定員： **30名【予約先着順】** \*定員に達した場合はご容赦願います

内容： 職場で役立つ“今日からできるストレスの対処の処方術”

★雇用保険受給者の方が受講された場合、活動実績としてカウントされます。

お問い合わせ・お申し込みは、総合受付又はお電話で。

ハローワーク刈谷 0566-21-5002 (担当：職業相談部門) まで

※より多くの方に受講して頂くために1セミナー1回の受講にご協力をお願いします。

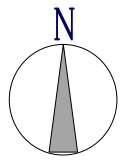
キリトリ線

就活ステップアップセミナー参加申込書

2 / 12(火) 『心のストレス回復セミナー』  
18(月)

\*ご希望の日時に○をつけてください。

氏名		TEL		求職 番号	
----	--	-----	--	----------	--



# 場所のご案内

刈谷駅から 徒歩 約3分



他の施設、店舗への無断駐車は絶対にしないでください



## 受講者の声

- 相手の言葉の受け取り方1つで自分の気持ちも変わってくるということになるほどと共感しました。これから、いろんなことに対しプラス思考でいけたらいいと思いました
- エゴグラムで自分の状態が分かり良かった
- ストレスとのつきあい方を再確認しました。講師の方の説明に元気をもらいました
- 普段の生活からはなかなか気になっていても聞けなかった話を聞いて、とても為になった
- 講師の方が親切そうで何かあったら相談したいと思った。今後職場なりプライベートなりで役に立つセミナーだと思う