

参加費用:無料

(会場までの交通費は自己負担)

希望者に
就活支援
ハンドブック
プレゼント

就活のための

スタートアップセミナー

第3回 メンタルヘルス向上に向けた具体的な対策を身につけましょう
自分の力を発揮するストレスコントロール講座

令和6年3月7日(木)

14:00 ~ 16:00 定員 50名

申込締切: 3月6日(水) 午後4時まで

内容

- ・ ストレスの基礎知識
- ・ ストレス反応の対処
- ・ 力を発揮する
ストレスコントロール法

● ストレスを抱えやすい考え方のクセとは? ● 面接で緊張してしまう場面の対処行動

講師

1級キャリアコンサルティング技能士 公認心理師
キャリアサポートオフィス process 代表 星野 宏氏

<プロフィール> メーカーで生産・物流管理を経験後、人事職に転職。2012年にキャリアコンサルタントとして独立後は若年層就労支援や、企業・官公庁でメンタルヘルスやコミュニケーションなど人間関係形成をテーマとした実践・体験型の研修を実施している。個別の対応では学生や求職者、企業内での相談に対応。その方が求めるより良いライフスタイルを達成するためにキャリアコンサルティングを行っている。



対象 44歳までの求職者(資格経験は問いません) 定員: 先着50名
専門学校生・短大生・大学生・一般

会場 ウィンクあいち(13階 1307会議室)
愛知県産業労働センター(名古屋市中村区名駅4丁目4-38)

こちらの2次元コードからも
アクセスできます↓↓↓

お申込み ①右記2次元コードからアクセス
②参加申込フォームに必要事項を記入(氏名・連絡先が必要)
<https://www.lec.jp/formq/publicJakunenAichiStartup/>



※雇用保険受給中の方へ、雇用保険受給に必要な参加証明書をご希望の方へ発行します。

お問合せ先

主催 / 愛知労働局
共催 / 愛知県

運営 / 株式会社東京リーガルマインド

愛知若年者地域連携事業(愛知労働局委託)

運営事務局 株式会社東京リーガルマインド(受託企業)

〒460-0003 名古屋市中区錦二丁目14番25号ヤマイチビル9階(あいち若者職業支援センター内)

TEL: 052-231-6350 FAX: 052-231-6351 Mail: aichi-jakunen@lec.co.jp

URL: <https://public.lec-jp.com/jakunen-aichi/>