

私のトリセツセミナー

2025
10

心の揺らぎとの上手なつきあい方

当日申込
のみ

子ども連れ
OK

※託児はありません

求職活動
実績認定

日々、心が“ゆらぐ”出来事はありませんか？
同じ出来事でも人によって、その揺らぎの度合は違います。
心の状態を平衡に保ち、自分らしく整える方法を学びましょう。

※受給資格者証か受付票など、求職番号がわかるものをお持ちください。

●開催セミナースケジュール● ※14:00～14:30 各回30分

10/07(火)	◆心の状態編
10/16(木)	◆わたしケア編
10/31(金)	◆モノの見方編

開催日時	令和7年10月7日(火)・16日(木)・31日(金) 14:00～14:30 各回30分程度
会場	ハローワーク名古屋中3F あいちマザーズハローワーク セミナールーム
定員	10名 (当日申し込みのみ 窓口もしくは電話で受付)
申込方法	当日8:30から あいちマザーズハローワークにて受講整理券を 配布します。 ※遠方の方やお子さま連れの方は電話でも受付できます。

問合せ先・主催者

あいちマザーズハローワーク

〒460-8640 名古屋市中区錦2-14-25 ヤマイチビル3階



マザーズ最新情報
こちらからチェック！



ホームページ

※前掲・登録情報については、愛知労働局ホームページの「掲載について」をご参照ください。



Instagram
AICHIMOTHER23428



LINE

～雇用保険受給者の方が受講された場合、求職活動実績となります～