

オンライン（ZOOM ウェビナー）

参加無料

メンタルサポートセミナー

大切な心と身体をケアする方法について学び
前向きな気持ちで就職活動を成功させることを目指します

第3回

令和7年1月23日（木）14:00～16:00

テーマ

ポジティブな思考を身につける
ストレスセルフケア

内容

- ・ポジティブな思考を身につける
企業が求める積極性を知る
- ・ストレスと上手く付き合う方法
ストレスの予防と対処
エゴグラムによる自己診断

申込締切：1月22日（水）午後4時まで

講師

国家資格キャリアコンサルタント
ワークスタイルコーディネーター認定・認定ハラスメント相談員
井上 映子 氏

〈プロフィール〉

総合アパレルメーカー、外資系日用品メーカーにて店舗運営業務を担当。若者就職支援事業に従事したことをきっかけにキャリアコンサルタント国家資格を取得。ハローワーク相談員を経て、2019年1月よりフリーランスとして活動。高校・大学におけるキャリア教育、就職支援、カウンセリングの他、専門学校での就職支援研修を担う。企業においては社員のカウンセリングや新人研修を行っている。



対象

大学生・専門学校生・短大生・44歳までの求職者

費用

参加無料（通信費は自己負担となります）

お申込み

URL：<https://jakunen-aichi.mhlw.go.jp/mentalsupport/>

実施方法

ZOOM ウェビナーでLIVE配信 カメラ・音声 OFF での参加になります
アーカイブ配信あり（アーカイブ視聴は参加証明書の発行はいたしかねます）

特徴

参加者の顔や声はわかりませんので、気軽に Zoom の Q&A で質問できます。

こちらのQRコード
からアクセスできます

※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。



共催

愛知労働局
愛知県

お問い合わせ先

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

運営 / 株式会社東京リーガルマインド