わかもの支援窓口・マザーズハローワーク共催セミナー

託児サービスあり

仕事にも役立つ！
ストレスとの上手な付き合い方

求職活動中も日常生活においても、ストレスって溜まりがち。ストレスが溜まると上手くいくはずのことも上手くいかず、自己嫌悪。そんな経験、みなさんも一度や二度あるのではないでしょうか。
本セミナーでは、仕事や対人関係でストレスを感じた時に、上手に対処する方法を学びます。ストレスをできるだけ減らし、心をスッキリさせて就職活動をしましょう！

と　き

令和8年11月17日（火）午前11：00～12：30
（受付10：45～ マザーズハローワークにて）

ところ

マザーズハローワークちば
千葉市中央区新町３－１３ 日本生命千葉駅前ビル１階
（受付後、２階のセミナールームへ一緒に移動します）

対　象

- ２０歳未満のお子さんがいらっしゃる方
- 家族の介護を理由に離職された方
- ３５歳未満の方（概ね）

のいずれかに該当する方

定　員

８ 名 （託児サービスあり：先着順５名まで）
※託児サービスに関する詳細は裏面をご覧ください。

持ち物

筆記用具
受給資格者証（雇用保険を受給中の方）



お申込み
お問い合わせ

マザーズハローワークちば
☎０４３-２３８-８１００

月・水・金：10:15～19:00
火・木　：10:15～17:45

LINE　Instagram

セミナーでの託児にあたって

セミナーでの託児はキッズコーナーで保育士等の有資格者が、お子様の安全に配慮して見守りを行うこととしています。保育士等の行為に起因しない事故等については、一切責任を負うことができませんので、ご利用にあたっては、この点をご了承くださるようお願いします。

※注意事項※

- 事前に授乳、おむつ交換などは、お済ませください。
- お子様が体調不良の場合は、お預かりできません。
- セミナー当日の受付時に検温、体調の確認をさせていただきます。
- お子様のご機嫌が悪い場合など、セミナー中であってもお呼び出しをしたり、セミナー会場にお連れする場合があります。
- セミナー当日は、お子様のお飲物やおむつなどをお持ちの場合は、キッズコーナーでお預かりします。
- 託児申込み後に、ご家族等により保育が可能になる等、託児が必要なくなった場合は、事前準備の都合上お手数ですがご一報ください。

当日の持ち物

☐ 筆記用具
☐ 雇用保険受給資格者証（雇用保険受給中の方のみ）
☐ お子さんのおむつ・おしりふき
☐ お子さんのお飲物 （お茶・ミルク等）
※セミナー参加中の時間が、お子さんのミルクの時間にあたる場合は、必ずお持ちください。