

# 「ココロのサポーター」（予約制）のご案内

## 『ココロのサポーター』とは

- 求職活動が長びいたり、失業によるストレスがあり、しんどい、どうしたらよいか迷う、と感じている方
- 緊張感や不安感が強まり、職業相談・面接などを円滑に進めることが難しい、と感じている方
- 仕事上のコミュニケーションが苦手かも、とプレッシャーを感じることもある方
- 生活リズムがくずれがちで、求職活動などに支障をきたしている方
- 職場環境や人間関係などで、ストレスを強く感じる、疲れがとれない、自責感がつよい、孤立感がある、など働き続けることに不安をおぼえる方

ハローワーク河内長野では ココロのサポーター（精神保健福祉士・公認心理師）による相談カウンセリングを行っています。

毎週（金） ＊ 1回 50分

予約枠 ＊ 午前 10:00 ＊ 11:00

＊ 午後 1:00 ＊ 2:00 ＊ 3:00

場所 ＊ ハローワーク河内長野

● ハローワーク河内長野 総合受付／窓口／お電話、のいずれかでお問い合わせ下さい ●

〒586-0025 河内長野市 昭栄町 7-2

電話 0721-53-3081（部門コード41#）

ふりがな		求職番号
氏名		NO.
予約日時	____月 ____日（金） ____時	※ハローワーク 未登録の方 はこちらご記入ください 生年月日 S・H 年 月 日 連絡先 電話番号 - -