



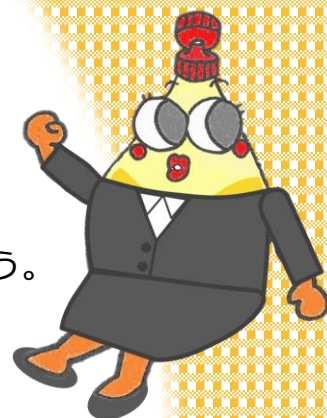
プチセミナー

お子様と一緒に参加いただけます
(キッズスペース有
見守りスタッフ常駐)

令和8年1月26日(月)
14:30~15:30 (受付は14:15~)

怒りの感情をコントロールする

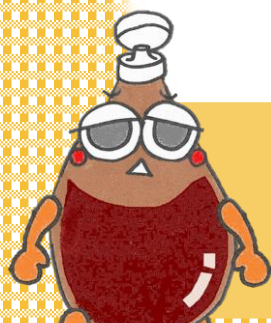
お仕事や家庭生活で
予定通り・思い通りに進まず、イライラしたり
怒りが抑えきれなかったり・・・。
自分の感情と上手に付き合う方法を考えてみましょう。



開催場所 : 大阪マザーズハローワーク
定員 : 8名 (先着)
対象 : 大阪マザーズハローワークで
就職活動をされ
個別支援をご希望される方

お申し込みは大阪マザーズハローワークの窓口またはお電話で！

TEL 06-7653-1098



当セミナーは1回のセミナーにつき
1回の職業相談が必須となっています。
職業相談をご希望されない方は
ご受講いただけませんのでご注意ください。

こちらのシリーズのセミナーについては、少人数制のため
より多くの方に公平に受講していただくため
同一月の受講は1回までとさせていただきます。

公式LINEでは今後の
セミナー情報などを配信中



大阪マザーズハローワーク
ハローワークプラザ難波 女性活躍応援コーナー



〒542-0076 大阪市中央区難波2-2-3 御堂筋グランドビル4階
【ご利用時間】 10:00~18:30 (月~金) / 10:00~17:00 (第1・第3土)
【上記以外の土・日・休祝日・年末年始休み】(大阪マザーズハローワークは土曜日閉庁)

<https://jsite.mhlw.go.jp/osaka-mother/>

HPIはこちら▶

