NAMBA プチセミナー

令和８年１２月１６日（水）
１４：３０～１５：３０（受付14:15～）

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）

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　：　６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る方

NAMBA プチセミナー

こちらのシリーズのセミナーについては、少人数制であり
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。

当セミナーは職業相談がセットとなっています。
（1回のご受講につき、1回の職業相談が必要です）
ご了承の上で、お申し込みください。

お問い合わせ・お申し込みはコチラ

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

大阪マザーズハローワーク

TEL 06-7653-1098

〒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）【土・日・休祝日・年末年始休み】

ホームページはこちら

公式LINEはこちら

朝日放送テレビ「NEWSおかえり」で放送されました♪