

宜野座村共催

第15回女性のおしごとキャリアアップセミナー@宜野座村

働く私がラクになるための ストレス対処法

求職活動実績対象セミナー

知らず知らずのうちに日々たまっていくストレス。
そのストレスの原因の一つとなっている「考え方のクセ」と修正の仕方を学び、
気持ちを軽やかに保ちながら働き続ける自分を目指しましょう。

[講師] **高良 恵利子** (社会保険労務士、産業カウンセラー)

[日時] ▶▶▶ 9月25日(金) AM10:00～正午

[会場] ▶▶▶ 道の駅ぎのざ 2F研修室
(宜野座村字漢那1646-4)

[対象] ▶▶▶ 就業中または求職活動中の女性

参加費無料
定員20名
(予約制)

《お申込み》

☎ 098-863-1788

沖縄県女性就業・労働相談センター
那覇市泉崎1-20-1 カフーナ旭橋A街区6F
グッジョブセンターおきなわ内



無料託児あります！
※要予約

専門のサポーターがお子さんをお預かりします。
安心してセミナーに参加できます！

～セミナー参加ご希望の皆様へ～

新型コロナウイルス感染症予防・拡散防止の為、やむを得ずセミナーを中止する場合がございます。予めご了承下さい。
中止の際は、セミナー開催日の**3日前**までには、当センターホームページ・SNS等にて掲示いたします。
また、自宅で必ず検温し、熱のある方、体調不良の方は来所をお控えください。来所の際は「マスク着用」「手洗い・うがい」「手指のアルコール消毒(会場内各所に設置)」のご理解ご協力をよろしくお願いいたします。