

●このセミナーはハローワークの求職活動の実績になります。



ストレスとの 付き合い方講座

～あなたのストレスはどんなストレス？～

5月21日（火）

14：00～16：00

心当たり

ありませんか？

- ・ストレスってなに？
- ・私のストレスって？
- ・ストレスへの対応って
どうすればいいんだろう？
- ・自分も相手も大切にする
コミュニケーションとは？

場所：神戸クリスタルタワー
12階 研修室

定員：10名（先着順）

対象：学生～39歳までの方



お申込み・お問い合わせ

若者しごと倶楽部（ジョブカフェひょうご）

TEL 078-366-3731

神戸市中央区東川崎町1-1-3

神戸クリスタルタワー12階

ひょうご・しごと情報広場

（一般財団法人兵庫県雇用開発協会）



HP



厚生労働省委託（若年者地域連携事業）により実施しています。