●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

開催 12/22（火）

～あなたのストレスはどんなストレス？～

12月22日（火）
14：00～16：00





心当たりは 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（若者地域連携事業）により実施しています。

～ 申 込 書 ～



「ストレスとの付き合い方講座」

※該当日にレ印を入れて下さい。

□ 12月 22日（火） 14：00～16：00

お申込みは、１）来所申込み　２）HP　３）お電話
いずれかの 方法でお願いします。

フリガナ

① お名前　　（　　歳）

② 学　生　・　既　卒（３年以内）　・　一　般

男　性　・　女　性　・　不回答　※〇をしてください。

③ ハローワーク求職者登録番号　※登録済の方

□□□□□-□□□□□□□□

④ 電話番号

HP（若者しごと倶楽部）でお申込みの方は、
こちらの二次元コードより

お電話で申込みの方は、こちらへ

若者しごと倶楽部　078-366-3731



来所でお申込みの方は上記をご記入いただき、
ひょうご・しごと情報広場　③番窓口の若者しごと倶楽部　に
提出してください。

若者しごと倶楽部（くらぶ）
ジョブカフェひょうご