

参加費  
無料

# 平成30年度 第7回なごジョブ就活セミナー ストレス対策 ～ポジティブシンキングのコツ～

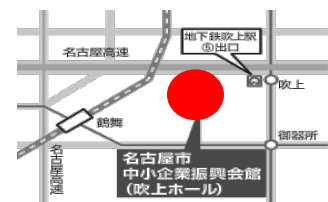
**[日時]** ▶▶▶ 12月12日(水) 13:30～16:00

**[会場]** ▶▶▶ 名古屋市中小企業振興会館4階 第3会議室  
(名古屋市千種区吹上2-6-3)

地下鉄吹上駅⑤出口から徒歩5分

**[対象]** ▶▶▶ 名古屋市内でお仕事をお探しの方

※雇用保険受給者の方については、失業認定における求職活動実績に該当します。



**[募集人員]** ▶▶▶ 40名(応募者多数の場合は抽選)

長く生き生きと働くために知って得するセミナーです。  
ストレスを軽減するためのスキルを身につけましょう。  
物事の捉え方を変え、ポジティブに考えるコツを習得します。

## セミナー内容

- ストレスについて知る
- ストレスの予防と対策
- ポジティブシンキングのコツを学ぶ
- キャリアカウンセラーによる個別相談会(事前予約制)



講師紹介



近藤 ひろえ

- ・コミュニケーション研修の「リベル」代表
- ・日本認知療法学会 正会員
- ・公益財団法人 日本電信電話ユーザ協会 契約講師
- ・一般社団法人 日本経営協会 契約講師
- ・NPO法人 話しことば協会 認定講師
- ・平成医療短期大学 非常勤講師（コミュニケーション学）



なごやジョブサポートセンターご利用の流れ



参加ご希望の方はFAXまたはTELにてお申込下さい

FAX受信後、確認のお電話をさせていただき、受講の申し込みとさせていただきます。  
応募者多数の場合は抽選を行います。12月5日(水)までに応募者全員にご連絡いたします。

申込期限

平成30年12月4日（火）

なごやジョブサポートセンター 第7回なごジョブ就活セミナー参加申込書

氏名	フリガナ		年齢
住所	〒		
TEL		FAX	
キャリアカウンセラーによる個別相談の希望有無	※どちらかに○を記入してください 希望する ・ 希望しない		
求職活動実績証明書発行の希望有無	※どちらかに○を記入してください 希望する ・ 希望しない		

ご記入いただいた個人情報は、本事業に関する事務にのみ利用します。

FAXの方は、ご記入の上そのままお送り下さい。 FAX 052-733-2115

お問合せ **なごやジョブサポートセンター**

月～金・第1土曜日 9:00～17:00 TEL 052-733-2111  
(水曜日のみ 18:30まで延長)  
〒464-0856 名古屋市千種区吹上二丁目6番3号 名古屋市中心企業振興会館6階

\*「なごやジョブサポートセンター」は名古屋市がパーソルテンプスタッフ㈱に委託して運営しています。