



ジョブカフェこうち

★少人数セミナー★

参加費

無料

(事前予約制)

ストレスマネジメント

～ココロのパワースポットを作りましょう～

ココロの中に自分を追い込んだり、プレッシャーを高めたりする考えが浮かんでいませんか。ベキ！などの考え方のクセにとらわれず、ココロのメッセージを変えることで、気持ちをポジティブに切り替えましょう！

日時

▶▶▶ 8月21日(金) 13:30~15:30

会場

▶▶▶ ジョブカフェこうち2階セミナー室

定員

▶▶▶ 6名

お申込み
お問い合わせ

TEL 088-802-1533

URL <https://www.jobcafe-kochi.jp/>

MAIL info@jobcafe-kochi.jp



講師：キャリアコンサルタント
門脇 由紀子

雇用保険の就職活動として認定されます

高知県就職支援相談センター
ジョブカフェこうち
TEL:088-802-1533
FAX:088-802-1534



ジョブカフェ
こうちHPは
こちらから！

ジョブカフェこうちは、(株)東京リーガルマインドが高知県から受託し、運営しています。