



# がんばる若手社員のための 交流会セミナー&イベントを開催します♪

## PROGRAM 研修 & カフェトーク

1回からでも参加OK!!

第1～3回

日程

平日 14:00～16:00

定員

各10名

場所

タリーズ棧橋店 高知市棧橋通2丁目12-8

参加費用

1回～3回 / 無料

### 第1回

2022年9月

#### プログラム

研修 (自己開示) & カフェトーク

- 自分を知る
- 相手を知る

### 第2回

2022年11月

#### プログラム

研修 (コミュニケーション能力) & カフェトーク

- コミュニケーション能力を高めるメリットとは?
- 信頼関係の構築方法を知る
- 生産性の向上
- 相互理解を深める

### 第3回

2023年2月

#### プログラム

研修 (ストレスマネジメント) & カフェトーク

- ストレスとは?
- ストレスとどう向き合うか知ろう
- 明日からできるストレスマネジメント

第4回

日程

2023年3月

場所

アロハビレッジ・カフェ  
[LANIAKEA COFFEE]  
高知市春野町甲殿 1422-26

#### プログラム

研修 (チームビルディング) & 環境美化活動・カフェトーク

- チームビルディングとは?
- 自分の役割を知る
- パフォーマンス向上
- 自分が活躍できる居場所づくり

#### 環境美化活動内容

アカウミガメの産卵が高知県で一番多く確認される甲殿海岸。ここで生まれたアカウミガメは、はるかハワイを経由し、数十年後、6,400キロという旅で再度、卵を産みにこの海にやって来るという…とっても感動的な場所で清掃活動!

● 内容や日時につきましては、諸事情によりやむなく変更になる場合があります。また悪天候、新型コロナウイルス感染症の拡大状況等により、プログラムを中止する場合がありますのでご了承ください。

詳細は随時HPでお知らせします!



お問合せ・お申し込み先

高知県就職支援  
相談センター

ジョブカフェこうち

高知市常屋町2丁目1-35 片岡ビル  
● 開所日 / 月～金曜日、第2・4土曜日 10:00～18:00 (金曜日のみ20:00まで)  
TEL 088-802-1533 FAX 088-802-1534  
Mail: info@jobcafe-kochi.jp ホームページ: https://www.jobcafe-kochi.jp/

