

明石市 就職氷河期世代 活躍支援セミナー

働き続けるための メンタルヘルス セミナー

参加費
無料

ストレスの対処法やストレスを
生みやすい「思考のクセ」などについて
学び、ワークを通じてストレスと
うまく付き合う方法を考えます。



12/6(水) 14:00~16:00

講師 キャリアコンサルタント 藤村 和代

対象 明石市内在住者で就職氷河期世代の未就職者

(就職氷河期世代:平成5年から16年までに学校卒業期を迎えた人)

定員 20名

場所 複合型交流拠点ウィズあかし
明石市東仲ノ町 6-1 アспピア明石北館 (学習室703号室)

お申し込み 電話もしくは下記申込フォーム
からお申し込みください

申込フォーム→



ウィズあかし
学習室 703

※災害や感染症等の緊急時は、延期や中止となる可能性があります。その場合は、あかし若者サポートステーションホームページでお知らせいたします。

あかし若者サポートステーション

お申込み・お問合せ先

明石市相生町 2 丁目 6-5 38 ヤングビル 5 階 ※第 2・4・5 土、日祝、年末年始休み

あかしサポステ 検索

☎ 078-915-0677 (受付時間: 平日 9 時 ~ 17 時)

✉ wakamono@sust-harima.org FAX 078-915-0678

主催: 明石市 委託先: 一般社団法人ひょうご若者自立支援センター あかし若者サポートステーションは、一般社団法人ひょうご若者自立支援センターが運営しています

2023.10