

雇用保険受給
求職活動実績
対象

厚生労働省香川労働局委託 若年者地域連携事業 / 若年者就業支援センター主催

“求職活動に役立つノウハウ”を気軽に学べる!

セミナー

★グループワークがありますので、筆記用具をご持参ください。

受講
無料

7/12 金

10:30~11:30



やっかいな感情「怒り」を自在に操ろう! 怒り感情コントロール術

やっかいな「怒り」の感情。突然湧いたり、自分自身でも止められなかったり。逆に自分に向けられるとストレスにもつながる、人間にとってネガティブな感情の一つです。実際を知り、対策を練ることでコントロールできる「アンガーマネジメント」について学びます。

7/26 金

10:30~11:30



「自分ならできる」自分をもっと好きになる! 自己効力感 ↑↑ で行こう

「自分ならできる!」と自分を信じてあげられると、人はポジティブに行動を起こせるようになります。前向きな行動を縛っている「思い込み」について知ること、より良い生き方を実現できる、自己効力感をアゲるノウハウについてお伝えします。

場所

しごとプラザ高松 2階 セミナー教室

住所:高松市丸亀町13-2 TEL:087-834-8609

対象

おおむね35歳未満の求職中もしくは
これから求職活動をされる方(大学・短大・専門学校等も含む)

★定員に空きがある場合は35歳以上の方でも受講可能です。

要予約

お問い合わせ・受講のお申込みは

香川労働局委託 若年者地域連携事業事務局 (実施団体/株式会社 東京リーガルマインド)

若年者就業支援センター

TEL. 087-897-7777

✉ kagawa-jakunen@lec.co.jp

HPから
お申込は
コチラ!



香川若年

検索