

## 【就職活動特別支援講座⑥】

# 心の整え方を見つけよう

今コロナ禍で、以前は当たり前に出ていた事ができなくなりました。病院へ行くほどでもないけれど、落ち込んだり、挫折を感じたり、ストレスを抱える事が多くなっています。そんな中、「視点を変える」「客観的になる」などの具体的対処法を体験し、日常生活で活用できるようにする事を目指します。

講師/田中文子(キャリアカウンセラー)

- 日時 2021年6月26日(土)/10時00分～12時00分
- 会場 茅ヶ崎市勤労市民会館/3階/B研修室
- 対象 就活中、就労中の方
- 定員 15名/申込制・先着順
  - ※受講される方は、筆記用具とマスクを持参してください
  - ※必ずマスクの着用をお願いします
- 申込方法 勤労市民会館/受付・電話・ホームページより
- 申込期間 5月1日(土)～6月24日(木)
- 受付時間 10時00分～21時00分
  - ※休館日は申込不可/休館日は原則・毎月第4月曜日
  - ※キャンセルされる場合は、お早めにご連絡をお願いします

☎お問合せ/お申込みはこちらへ☎

「茅ヶ崎市勤労市民会館」

茅ヶ崎市新栄町13-32/0467-88-1331

当館には駐車場がございません。最寄りの駐車場が公共交通機関のご利用をお願いします。