

就職に役立つメンタルセミナー

会場受講かオンライン受講を選べます

会場定員

各回10名程度

オンライン

Zoomを
利用します

雇用保険受給者活動証明の対象です

※雇用保険受給者活動証明は1日1枚となります

参加費
無 料

会場定員
10名



6/11(水)
1/21(水)
セルフケア

7/16(水)
2/4(水)
自己肯定感
アップ

8/6(水)
3/4(水)
ストレス
ケア

時間

14:00～16:00 【第1部】14:00～14:55 【第2部】15:05～16:00
第2部終了後、希望者は個別相談あり

※第1部・第2部どちらかみの受講でもOK。
もちろん第1部・第2部どちらも受講もOK！

対象

一般求職者、在職中の方等
栃木県で就労を希望する方は、どなたでも参加いただけます。

会場

とちぎジョブモール(宇都宮市駅前通り1-3-1 KDX宇都宮ビル1階)



JOB MALL WORKWORK とちぎ

とちぎジョブモール

検索

<https://workwork-tochigi.jp/>

申込
フォーム



申込フォームURL
<https://ws.formzu.net/fgen/S672752974/>

【受講特典】
必勝！
履歴書セット

◆就職に役立つメンタルセミナー

第1回	セルフケア 6月11日(水) 1月21日(水)	【第1部】 14:00～14:55	自分の状況を知る
		【第2部】 15:05～16:00	手だてを学ぶ
第2回	自己肯定感アップ 7月16日(水) 2月4日(水)	【第1部】 14:00～14:55	自分の特徴を知る
		【第2部】 15:05～16:00	見方を変える方法
第3回	ストレスケア 8月6日(水) 3月4日(水)	【第1部】 14:00～14:55	ストレスの種類
		【第2部】 15:05～16:00	人間関係を整える

とちぎジョブモール 申込フォーム、直接来所、電話、メールで【とちぎジョブモール】にお申込みください。
◆お申込み・お問合せ先 TEL:028-623-3226 mail:c.support01@workentry.co.jp

メール(c.support01@workentry.co.jp)
電話(028-623-3226)

でお申込みの場合は以下の内容をご連絡ください。

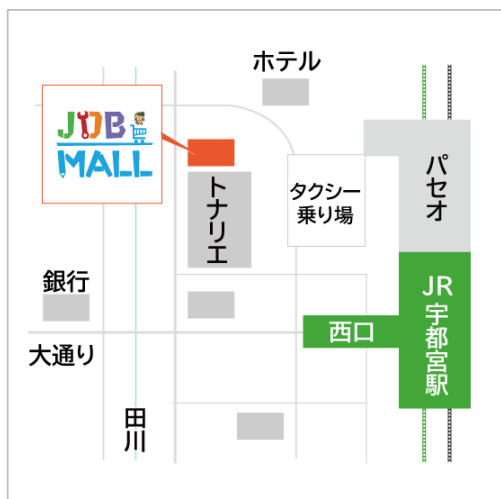
申込
フォーム



申込フォームURL

<https://ws.formzu.net/fgen/S672752974/>

- ①参加希望日及び内容(第1部のみ・第2部のみ・両方を受講など)
②お名前 ③住所 ④電話番号 ⑤年齢 ⑥現在の状況(学生・求職者等)
⑦参加方法(会場orオンライン) ⑧個別相談希望の有無
※メールの件名は「就職に役立つメンタルセミナー申込」とお書きください。



※申込フォーム、電話、メールで各開催日の2日前(土日祝を除く)
16時までにお申込みください。
申込締切りを過ぎてのご参加希望の場合は、電話にてお問合せください。

〒321-0964
宇都宮市駅前通り1-3-1 KDX宇都宮ビル1階

JOB MALL WORK WORK とちぎ

とちぎジョブモール

検索



<https://workwork-tochigi.jp/>