

労働セミナー

仕事に
活かせる

公認心理師が教える

参加
無料失業給付の
活動実績
講座

心の回復力の高め方

急速な社会変化の中で、働く人の心の回復力はますます重要なテーマ
となっています。逆境や困難に直面したときにどう乗り越えるのか、
ストレスと上手に付き合っていくためのセミナーです。



- ・自分や相手の性格傾向を知り、困難を乗り越える力やしなやかさを学ぼう
- ・「どうしよう」から「どうしたら良いか」心の切替え方

メンタルサポート安田

やすだ たくほ

講師／安田 拓歩さん

(公認心理師・臨床心理士・
産業カウンセラー)

〔最近の講演〕

「レジリエンスを高める4つの方法」

「職場で役立つコミュニケーションのコツ」



鳥取会場

定員
50名

日時／7月11日(金)

14:00～15:30

場所／鳥取県立図書館
2階 大研修室
(鳥取市尚徳町101)

倉吉会場

定員
50名

日時／7月10日(木)

14:00～15:30

場所／倉吉市立図書館2階
視聴覚ホール(倉吉交流プラザ)
(倉吉市駄経寺町187-1)

米子会場

定員
50名

日時／7月17日(木)

14:00～15:30

場所／米子市立図書館
2階 研修室
(米子市中町8)

参加申込書 電話・FAX・QRコードでお申込みください。定員に達した時点で受付終了となります。

(ふりがな) 参加者氏名		【鳥取】	【倉吉】	【米子】	セミナー申込み QRコード	
		7/11 (金) ☐	7/10 (木) ☐	7/17 (木) ☐		
求職活動中で証明 書が必要な方は ☒ をお願いします。	TEL	会社(団体)名				
☐ 証明書必要	住所 〒	-				

申込 問合せ先	みなくる鳥取 電話 (0857)25-3000 FAX (0857)25-3001	みなくる倉吉 電話 (0858)23-6131 FAX (0858)23-2454	みなくる米子 電話 (0859)31-8785 FAX (0859)21-0034
------------	---	---	---

※いただいた個人情報は、本セミナーの申込み対応及び当相談所からのセミナーに関するご連絡のために利用します。