

労働セミナー

参加
無料失業給付の
活動実績
講座

心がすり減らない 関わり方

～無理しない・
抱え込まないための
人との向き合い方～

職場や家庭での人間関係に疲れやすい人が、自分をすり減らさずに
人と関わるための考え方と行動のコツを学ぶためのセミナーです。

- ・自分の特性を知る
- ・相手の言動に左右されない感情のコントロール
- ・コミュニケーション力を高めるヒント

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／10月14日(水)
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
30名

日時／10月22日(木)
14:00～15:30

場所／倉吉市立図書館2階
2階 第1研修室
(倉吉市駄経寺町187-1)

米子会場

定員
50名

日時／10月27日(火)
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・二次元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 二次元コード	
		10/14 (水) ☐	10/22 (木) ☐	10/27 (火) ☐		
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。