

雇用保険受給者の方へ このセミナーは、求職活動の実績になります

あおもり若者サポートステーション・ジョブカフェあおもり共催セミナー

参加無料 自己分析セミナー

# イライラと上手に付き合う方法！



日程 令和2年 **9月29日**(火) 13:30~15:30

会場 アピオあおもり 1階 保健指導室  
(青森市中央3丁目17-1)

定員 10名程度

対象 15~49歳までの求職者

締切 令和2年9月18日(金)  
17:00まで

## セミナー内容

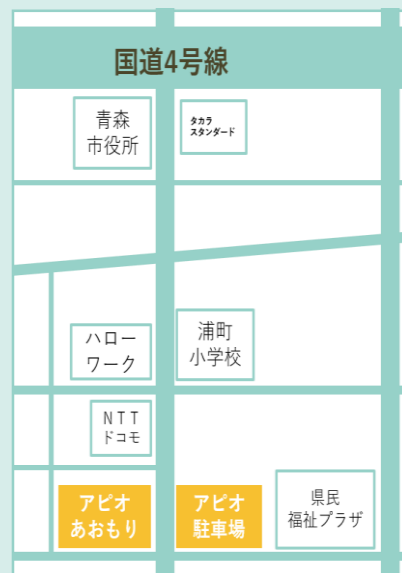
- 1) 感情のコントロールの必要性
- 2) イラ・ムカ・カチンなどの感情の理解

## 講師 藤間 史子 氏

(2級キャリアコンサルティング技能士、産業カウンセラー、  
日本アンガーマネジメント協会 認定ファシリテーター等)



東京女子大学文理学部日本文学科卒業  
大学卒業後、都市銀行に勤務。  
その後、公共職業安定所や職業訓練校、大学  
に勤務しキャリアコンサルティングやセミナー  
を担当する。また、全国の職業訓練校等に出  
向き、指導員研修やコミュニケーション研修  
の講師も務める。現在はフリーでご活躍中。



## あおもり若者サポートステーション

申込

・

問い合わせ

TEL 017-775-5301

FAX 017-722-8762

〒030-0803

青森市安方1丁目1番40号

青森県観光物産館アスパム 3階

<b>お申込み対象者</b>	15～49歳までの求職者
<b>申込期限</b>	令和2年9月18日(金)
<b>持ち物</b>	筆記用具



**\* TEL/FAXから**

**TEL** 017-775-5301  
**FAX** 017-722-8762

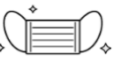
**\* 持参**

〒030-0803  
 青森市安方1丁目1番40号  
 青森県観光物産館アスパム3階

<b>フリガナ 氏名</b>		<b>男・女</b>
<b>生年月日</b>	昭和・平成	年 月 日 ( 歳)
<b>住所</b>	〒 —	
<b>電話番号</b>	— — /携帯 — —	

記入いただいた個人情報は、この事業の参加申込確認の目的に限って利用させていただきます。

**マスク着用\***



受講の際にはマスクの着用をお願いいたします。  
 ご理解とご協力をお願いいたします。

お願いしております