

自分に自信が持てるようになる実践講座

自己肯定感のトリセツ



生きづらさを感じる方々へ
本当の自分自身と向き合い、
そして受け容れる方法を学びます。



日 時

2月21日（土）13:00～15:00

対 象

求職中の方



定 員

18名

講 師

人材コンサルタント 神谷 敏康

申 込

就職サポートコーナー（すぎJOB）に電話または直接お申し込みください

☎ 03-3398-1136

（平日および第1・3土曜日 9:00～17:00）

会 場

杉並区就労支援センター
ウェルファーム杉並 複合施設棟1階 セミナー室
〒167-0032 杉並区天沼 3-19-16



セミナーの受講には杉並区就労支援センターの利用者登録が必要です。

みなさまの「働きたい！」を全力でサポートします
無料相談も行っています

杉並区就労支援センター
就職サポートコーナー（すぎJOB）
ウェルファーム杉並 複合施設棟1階
〒167-0032 杉並区天沼 3-19-16

