

参加無料

オンライン開催！

雇用保険  
求職活動の  
実績対象

# 自己肯定感のトリセツ



「自己肯定感」とは、自分を否定せず、ありのままの自分を受け入れる考え方です。「自己肯定感」の特徴と対処法を理解し、就職活動や日々の生活の場面で実践しましょう。



日時

令和7年3月7日(金) 14:00～16:00

講師

神谷 敏康

東京都ライフプランアドバイザー  
産業カウンセラー

対象

求職中の方



大手就職情報会社に勤務し、約30年にわたり大手から中小まで様々な企業の採用業務を支援。現在は産業カウンセラーとして働く人たちの心のサポートにも取り組んでいる。また、厚生労働省や東京しごと財団などの就職支援事業や、首都圏にある大学のキャリア講座の講師も務める。

定員

100名  
(受付先着順)

申込

令和7年2月7日(金) AM9:00より下記QRコードからお申込みください。



【申込はこちらから】

●本講座はZoomウェビナーを使用したオンラインセミナーです。

- ・事前にZoom公式サイトから最新Zoomアプリをインストールしてください。
- ・お申込み後、開催日3日前に視聴用URLを送付いたします。
- ・データ通信料はご自身での負担になります。
- ・本セミナーは講座内容以外（機器の操作・Zoomの使用方法や技術的な問合せ等）には対応しかねますのでご了承ください。

※やむを得ない事情により、中止・延期になることがあります。

三茶 おしごとカフェ



- 職業紹介 ● キャリアカウンセリング
- 各種セミナー開催
- 社会保険・労働相談・メンタルケア相談・内職相談
- 「ワークサポートせたがや(ハローワーク)」も併設

【ご利用時間】 9:00～17:00(月～金) ※祝日・年末年始を除く

【HP】 <https://www.setagaya-icl.or.jp/oshigotocafe/top.html>

「ワークサポートせたがや  
(ハローワーク)」も併設



【HP】

お問い合わせ先



oshigoto2@setagaya-icl.or.jp



03-3411-6604



03-3411-6690