

働くための健康増進セミナー第1弾

参加無料  
託児付き

元気に働きたい女性のための

ココロとカラダの

セルフケア

ココロを軽やかに…リフレッシュ&リラクゼーション  
呼吸を味わうストレッチ



日時

令和元年 9月30日 月  
14:00 ~ 16:00

対象

求職中または就労中の女性

場所

三茶おしごとカフェ  
セミナールーム

世田谷区太子堂 2-16-7 世田谷産業プラザ2F

定員

20名 (受付先着順)

※運動のしやすい服装と靴でご参加ください。  
水分補給用の飲料もご持参ください。

講師

(公財) 世田谷区保健センター 保健師・運動指導員

申込

令和元年 8月28日 水 より電話にて受付

託児あり 託児受付: 令和元年9月20日(金)まで。

(5ヶ月~未就学まで) 託児に制限があるためご希望に沿えない場合があります。

※駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

三軒茶屋駅から徒歩約2分!



三茶 おしごとカフェ



- 職業紹介【「ワークサポートせたがや(ハローワーク)」も併設】
  - キャリアカウンセリング ● パソコン・書籍など閲覧OK
  - 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
- 【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>  
【facebook】 <https://www.facebook.com/shigotohint/>

「ワークサポートせたがや  
(ハローワーク)」も併設



facebook  
発信中です



お申し込み・お問い合わせ先

三茶おしごとカフェ(世田谷区三軒茶屋就労支援センター)

TEL 03-3411-6604

FAX 03-3411-6690

MAIL oshigoto2@setagaya-icl.or.jp