

～求職活動実績になる～

怒りの根本原因にアプローチする アンガーマネジメントセミナー

参加費
無料

12月4日(木)

オンライン開催

自己理解が深まるジョブ・カードを使ったセミナーを開催！
自分の強み・価値観・今後のやりたいことを一緒に書き出してみませんか？

※奈良県外の求職活動実績の認定はお住いの管轄のハローワークへ事前にご確認ください。



セミナー内容

怒りの感情を原因とプロセスから理解し、適切な対処法を身につけることで、
怒りを自覚的にコントロールできるようになるためのヒントを学びましょう！

アンガーマネジメントとは

- 怒りと上手に付き合えるようになる。
- 怒りのタイプを知り、対処法を学ぶ。

開催概要

- 日時：12月4日(木) 10:00～11:30(90分) ※セミナー受付は9:45～
- 会場：オンライン (Zoom)
- 費用：無料 ※通信費は受講者さまの自己負担になります
- 定員：50名
- 申込：キャリア形成・リスキング支援センターHPからお申し込みができます。

URL : <https://carigaku.mhlw.go.jp/eventsch/164160/>

申込完了後に、センターより申込完了の通知が届きます。
【申し込み締め切り】12月2日(火) 12:00まで

お申込みは
こちらから→



お問合せ

奈良キャリア形成・リスキング支援センター

〒630-8241 奈良市高天町48-5 ALPHA SQUARE 4F

☎ 0742-93-9996

✉ carigaku_nara@pasona.co.jp

HP : <https://carigaku.mhlw.go.jp/>

キャリア形成
リスキング 支援センター

厚生労働省委託事業



オンラインセミナーお申し込み方法

キャリア形成・リスキリング推進事業ホームページのオンラインセミナー申込ページにアクセスしてください。

以下URLを直接入力するか、または二次元バーコードを読み取りください。

<https://carigaku.mhlw.go.jp/eventsch/164160/>



お申込みページにある、該当の区分にチェックを入れて入力を進めてください。

必須 申込区分

企業・団体 個人 学校関係者

お名前・メールアドレス・お電話番号などを入力してください。

「個人情報の取り扱い」についてご覧いただき、同意欄にチェックの上、確認画面へお進みください。
記入内容にお間違いがないかを再度ご確認ください、送信をお願いします。

開催概要

● オンラインセミナーお申込み完了

奈良キャリア形成・リスキリング支援センターより、お申込み完了のメール通知が届きます。

※迷惑メールフィルターを設定されている方は「@pasona.co.jp」が受信できるように設定をお願いします。



● お申込み完了～開催日1日前まで

奈良キャリア形成・リスキリング支援センターより、メールでZoomのURLをお送りします。

オンラインセミナー当日まで、大切にメールを保管してください。



● オンラインセミナー開催日

12月4日(木)10:00（オンラインセミナー開始15分前）よりZoomへの入室が可能です。

入室し、オンラインセミナー開始までお待ちください。

お問合せ

奈良キャリア形成・リスキリング支援センター

〒630-8241 奈良市高天町48-5 ALPHA SQUARE 4F

☎ 0742-93-9996

✉ carigaku_nara@pasona.co.jp

HP : <https://carigaku.mhlw.go.jp/>

